Caixa muda regras para o saque-aniversário do FGTS

Banco diminui o valor necessário em conta para o cliente antecipar a retirada do dinheiro. PÁGINA 10





Ambulantes do carnaval ganharão auxílio

Cerca de 9 mil cadastrados para trabalhar na folia de rua receberão uma parcela de R\$500. PÁGINA 11



Guardas teriam ignorado pedido de ajuda a Moïse

Testemunha disse qu pediu socorro aos agen municipais, mas não foi atendida. Ela contou que os assassinos falaram para ela não olhar.

Covid: Brasil registra mais de mil mortes

Exercícios aumentam o apetite sexual

ESSÃO / EXTRA BBB' pode

ter 2 novos participante

EXPULSA NO VATICANO Com aue

roupa eū vou?



 No último domingo, a brasileira Julia Vieira foi con vidada a se retirar da Basilica de São Pedro, no Vaticano. Segundo ela, o motivo teria sido sua roupa. "Um homem disse que eu não estava vestida de for ma apropriada. Era um vestido blazer." PÁGINA 8













Passatempo

Cruzadas

DALAVDAS COLIZADAS DIDETAS

	da esqua- tumaça de bances no amento	+	¥	Varied grão d O Estado	do Cara	Solridas Prover	+	canideo sul-ame-	Arpicon, calcário e arenesa	7
ianá o fina ablixxional Ramba a	moiamente +			de Nazar	# (sigla)	61 3131		ricano	(\$eo.)	
idade de Corumba	•				-					
*						Oreido em inglés Formate de markite	•			
ecido fino In sigodão Condição da atriz				Espio- garda de boca larga		*		1	Fluo sem curvas (*) Gomes, afriz	
no time adalte inlecionar (a fei jäe)			tima acres- cida à poupança (sigla)	۰*		Parle de porto para desem- banque	•		*	
٠				9	ntereição de gasiche Raiz co- mestivei	*		Partida sem valor no cam- peonals	*	
formente evolucio- dric ocor- rido est	٠				*			*	Fapal, em ánglés Resposts à ligação	
Pernam- buca de 1832 a 835 (Hot.)			Pais caribenho Extremida- des do imá	*					*	
irgia esta- dual de lefesa po orcumidor		Bar tipico de Londres Ctéurura corretiva	**			Galpão de cereals O tirano de Roma	•			
Antiga máquina de mpressão		*				*	Fonte de energia de letes- skrtese	٠		
•					Comer, em inglês Vegetais endedos	•			Regisalde (7), cantor de "Gançom"	
Tulixa de "(apri- chese"	•			Calar interes Coragen	۰+				*	Deborsh (7), abit de "Bom Successo
Súdite do senhor teudul	•/			*			Pedido de socieno Escritor de 10 Carver	٠		*
		/•	(7) 8: expressão do tempo do vinit			Postora para foto Nota Fiscal (abrev.)	**			
						*		Estado natal de Guga (sigla)	•	

Futebol internacional



SUPER SETE 204 1 2 3 4 5 6 7 2 6 6 0 0 0 0 0 Telefones

00000

123 POLI 197

POLIC 190 SAMU 192 CORP 193

199 DEFENSOR









Cupons



CURSOS









EXTRA

compo. No. Para de publicados podem ser comprodos no 1). O EXTRA É ASSOCIADO ANJ-TVC - GDA - WAN - SIP





Guerra dolRio

Um golpe nas finanças do tráfico do Jacarezinho

Investigação descobre que quadrilha usou pequenos comerciantes para

lavar R\$ 40 milhões

Numa das principais vi

uma nequena variedade de tão grande em se tratando de ama favela com 80 mil habi antes. Uma situação muito diferente do que a polícia enontrou na conta bancária de dois anos. Outros três pequemesmo período. Ao seguir o rastro dos recursos, a Delega-cia de Combate às Organizacões Criminosas e à Lavagem de Dinheiro (DCOC-LD) che ou ao antigo conhecido da olícia e da Justiça, Marcos Vinicius da Silva, o Lambari ue já cumpriu pena de mais le dez anos por tráfico. Com informações pelo

Conselho de Controle de Ati-vidades Financeiras (Coaf) e do Departamento de Penitenzada desencadeou ontem a operação Big Fish para cum-prir sete mandados de busca e apreensão, sendo três deles Lambari mora desde que foi solto. No Jacarezinho, onde c governo do estadual está imgentes vasculharam os qua-A polícia investiga se Lan

ari montou um esquema para lavar o dinheiro obtido com tráfico de drogas. Ele é suspei-to, segundo a DCOC-LD, de lagem de dinheiro, organiza ção criminosa e associação pa-ra o tráfico de drogas. A prisão dele chegou a ser pedida à Jus-tiça, mas foi negada. Já as con-tas investigadas foram bloqueadas pela 1ª Vara Especializada do Crime Organizado do Tribunal de Justiça, com atuacão do Ministério Público.

Os alvos da operação foram equenos comerciantes suspeitos de serem laranias do grupo. Lambari seria, segundo sado às contas desses estabelerezinho. A investigação que



Procurações em nome de Lambari

A investigação descobriu diversos depósitos bancários — quase sempre de pouco mais de R\$ 1 mil reais lecimentos investigados. Se am assinado procurações na gação é tirar o dinheiro da chefia da facção que atua no Jacarezinho. Descobrimos deles da favela dariam o su porte para a quadrilha. São pessoas de confianca que uti-

izavam de seus comércios tráfico de drogas - explicou Ele explicou que o esc

foi montado para ocultar os bens de Lambari, uma estra-tégia adotada por chefes do tráfico que foram presos. Se-gundo o delegado, na operacão de ontem, foram apreen

> Segundo delegado, chefe do tráfico usa confianca

comerciantes de sua

eses foi o tempo da vestigação que deu origem à operação

ocorrida ontem 80 mil

Cidade Integrada: 72 presos em 15 dias

primeiros 15 do programa Cidade Integrada no Jacare-zinho e na Muzema, o governador Cláudio Castro disse que polícias Militar e Civil prenderam 72 pessoas e anreenderam mais de uma comunidade do ações feitas para combate: lacarezinho ruções irregulares e a

capeamento de ruas e a lim-

Segundo o governador, raficantes e milicianos não vão impedir as medidas previstas no programa, que não - Não estamos imp tando nada do que já não de-

ram a se expandir em perío-

se período de 15 dias, houve gião do Jacarezinho: foram 57 cases entre es dias 1º e 18

a 31 do mesmo mês, com a iniciativa em vigor. Os dados tuto de Segurança Pública (ISP) em uma área que abrange 14 bairros em um raio de 1,5 quilômetro.

Na região da Muzema, houve queda de 38% nos roubos de veículos

documentos que vão provar o que a investigação aponta.

No Rio Grande do Norte,
os mandados de busca e anreensão foram cumpridos num apartamento e num si tio de Lambari. Agentes tam bém estiveram numa empre foram apreendidos R\$ 15 mil

e um relógio avaliado em R\$ 30 mil. Não existe hoje qual-

quer mandado de prisão con

tra Lambari *

O ASSASSINATO DE DURVAL



Justiça não alivia militar que matou trabalhador

Sargento ficará preso e passará a responder por homicídio causado de forma intencional

Foi uma despedida na qual não houve meias nalayras Pouco antes de o caixão com Durval Teófilo Filho ser coloca-São Miguel em São Gonçalo Luziane pediu para falar. Sabia que, dali em diante, passaria a ser torturada pelo silêncio que encontraria em casa, onde a fi-lha de 6 anos não ouviria mais as histórias que o pai lhe conta-

ue completou:

— Parabéns, senhor Aurélio, muito obrigada por des-truir a minha vida, a vida da

minha família, os sonhos da minha filha. Estou aqui san-Luziane se referiu ao sar gento da Marinha Aurélio Al-ves Bezerra, que confundiu Durval com um assaltante e

ord tres tros, na nome ou e sand-orizono, Autreno cregotia sugarso do similarento relutivo transferia, Avitina, del tras, a las dissistaciono como vitinna, anta converterà aprisio em fila piara como repositor de esi di piolicia desiditi indicia-lo grava em casa, no mesmo praticado sem intenção. Mas dominis do Gobilande em omem à tarde, justamente na risco de constraigniemo de disco de contratagimento de risco risco risco risco risco do ao abrir a mochila para pe-gar uma chave, a poucos me-tros de um portão. Em depoimento, o autor dos disparos disse que abriu fogo para se

defender de uma "iminente in-justa agressão". Acreditava não dava para enxergá-lo di-

hora em que parentes e amigos se despediam de Durval, sua situação mudou. Em uma audiência de custódia, a Justica manteve a prisão preventificação do caso: agora, o militar vai responder por agir com A juíza Ariadne Villella Lo-

que era muito querido dentro

radoras do condomínio em A decisão foi elogiada por

Mas sua irmă, Fabiana Teófilo, reforçou a convicção de que ele foi morto por racismo e disse que, se ele fosse solto, haveria esperar que isso seja leva conta no julgamento do testemunhas, uma vez que o — Mudar a tipificaçã conta no julgamento do caso:

— Mudar a tipificação nã

basta. Queremos que aqueles que forem julgar o militar lepasta. Queremos que aq que forem julgar o milit vem em consideração houve, sim, racismo, Ele di branca mas em pretos sim-

mos lutar por justica.

Flordelis recebe prazo para indicar cinco testemunhas

A juíza Nearis dos Santos Carvalho Arce, da 3ª Vara Criminal de Niterói, deu anteontem um prazo de cinco dias para que Flordelis dos Santos de Souza apresente os nomes de cinco testemu nhas de defesa que vão de-por durante seu julgamento. A ex-deputada federal, que do ano passado, é acusado de ser a mandante do assas-Carmo, que levou dezenas

prazo dado pela magis rada para a apresentação de testemunhas também vale ra outros oito réus do pro-sso — cinco filhos e uma eta de Flordelis e um ex-poo estadual e a assistência sacão deverão esco

deverá ser marcado nara o

tério Público do Rio e a assis tência de acusação ainda tên o direito de solicitar a realização de diligências, para

O processo estava em la instância desde 2021 sos dos réus contra a decisão

REPARAÇÃO DA DEFESA Ex-deputada e outros oito réus vão informar quem deseiam que prestem depoimentos

semana passada, o assistente de acusação, Ângelo Maxi-mo, solicitou a volta da ação à primeira instância para que

o júri seja marcado Há três meses, dois filhos de Flordelis foram condenados por envolvimento na morte de Anderson. Flávio e Lucas Cezar receberam, respectivamente, penas de 33 e de nove anos de prisão, :

PM prende 16 na Linha Vermelha. mas três foram pegos por engano

Agentes do Batalhão de

Policiamento em Vias Ex-pressas (BPVE) da PM prenderam ontem 16 homens na Linha Vermelha. Segundo a corporação, o grupo, divid do em quatro carros, fo abordado na altura do Par-

na altura da Ilha do Gover las, três granadas, 20 carrede um dos veículos foram li-

constataram que eles não fa-ziam parte do comboio de Em um vídeo que nublio Santos, de 20 anos, explicou

que, no (bairro) Lote Quin-

tou: - A gente estava indo para a praia e havia uma blitz. Os três carros com bandidos estavam à nossa frente, o meu era o quarto. O dono da lanchonete contou ainda que estava saindo do expediente com

ciais nos levaram à delegacia (a 37ª DP, na Ilha) e já

da a ver com essa história

 Fiz esse vídeo para di-vulgar o que aconteceu, te-nho uma lanchonete e aparecemos em imagens com os ra a delegacia e liberados. Averiguaram tudo e não constava nada contra nós. A Polícia Militar não co mentou o engano nem infor-mou qual seria o destino das

armas e drogas encontrada



'Acionei guardas municipais, mas eles não foram ver'

Testemunha diz que foi ignorada e que agressores a avisaram para não olhar

Vera Araŭjo

A Que sería um agradises indimensos para da Barra com o marido e dois primos pequenos vivou um pesadelo para a auxiliar de serviços gestas X. Elta estemulhou as agressões as jovem congolês na provem congolês na provem congolês na provem congolês para a auxiliar de serviços gestas X. Elta estemulhou as agressões as jovem congolês no provem congolês na provem congolês as provem congolês no provem congolês que catavam próximos ao quioque Tropicalia, onde confecue o Crine, mas os acontecue o Crine, mas os confecue o Crine, mas os ignorado seu apolo.

— Não sei como aqueles — Não sei como a co

— Não sei como aqueles homens não se colocaram no lugar de Moise. Como deixaram o ódio falar por eles? Quando eu o vi naquele estado, só consegui pensar no de-sespero da mãe dele, de ela estar esperando o filho em casa, agoniada com a falta de informações e, de repente, receber a noticia de que ele estava morto — lembra X. A testemunha contou que foi ao quiosogue Tropickilla

foi ao quiosque Tropicália comprar refrigerante para as crianças e logo viu o espancamento. Os agressores lhe disseram para não olhar: afirmaram que o rapaz havia recebendo um "corretivo". Ela disse que, em seguida, pediu auxílio aos guardas municipais.

res parassem. Mesmo que el estrivesse assaltando, deveri am chamar a policia, ná agredi-lo da forma que fize ram. Não me meti mais por que estava com as crianças « fiquei com medo de fazeren algo comigo também. Por is so acionel os guardas munici país, mas eles simplesmento país, mas eles simplesmento não foram ver. Deixaram que Moise acanhasse ainda mais Moise acanhasse ainda mais

« Não sei como não se colocaram no lugar de Moïse, como deixaram o ódio falar por eles »

— recordou a auxiliar de serviços gerais. A testemunha, então, cor-

A testemunha, então, correu com os primos até o marido, que estava na areia. Eleque é militar, foi ao quiosque e encontrou a vítima amarra-



esposa cheegu a verifi- o ranaz estava roubando", anos conhecido como Tota. Os três tão presos-

car a pulsação de Moise, que estava bemfraca. Havia pouco a fazer. Em seu depoimento na Delegacia de Homicidios da Capital, o militar relatou que um dos agressores repetiu para ele o que havia dito à mulher: "Não olha, Durante a investigação do caso, descrições de testemunhas e imagens gravadas por câmeras de segurança do quiosque indicaram que quem tentou intimidá-lo foi o barraqueiro Brendon Alexander Luz da Silva, de 21

lutador de jiu-jitsu.

Além de Brendon, foram identificados como agressores de Moise o garçom Aleson Cristiano de Oliveira Fonseca, o Dezenove, de 27 anos: e o cameló Fábio Piri-

A Guarda Municipal do Rio informou que não foi notificada sobre a omissão de
seus agentes em relação ao
espancamento do jovem
congolêse destacou que está
colaborando com a investiesção da Poleio Civil a
poleio foi de la
colaborando com a consoles de colaborando consoles de colaborand



A LUTA CONTRA A PANDEMIA

lmunização infantil desigual

São Paulo vacinou 54% das crianças mento sanitário. Problemas para já rotineiros nos municípios inserir dados se agravaram com inserir dados se agravaram com construir dados se agravaram construir dados se agravaram con construir dados se agravaram construir dados se agravaram con construir dados se agravaram con construir dados se agravaram con construir dados se agravaram construir dados se agravaram con construir dados se agravaram con construir dados se agravaram con construir dados se agravaram construir dados se agravaram con construir dados se agravaram con construir dados se agravaram con construir dados se agravaram construir dados se agravaram con construir dados se agravara Brasil com registros abaixo de 10%

O ritmo da imunização de cri-

ancas de Sa 11 anos contra a Co raniacões signi Enquanto os registros de São Paulo indicam cobertura de 54,2% dessa faixa etária na pri meira dose, há cidades com ta xas menores que 10%, mostram dados coletados pelo EXTRA com as secretarias municipais

de Saúde entre quarta e ontem

Ao todo. 20 capitais respon

deram. No topo, com as me lhores taxas, estão São Paulo Belém (36.7%). O Rio de J neiro vacinou cerca de 166 mil crianças, ou aproximadamen-te 29.66% do total do público de 5 a 11 anos. Entre as com leza (8%), Teresina (3,78%) e Boa Vista (2.33%). Além da desigualdade vari

nal, o levantamento revela ou-tro problema: as dificuldades de registro e processamento de da

maVac O estado comprou S

Com as vacinas disponi

veis e essa compreensão da im

portância de a criança estar in serida nesse consenso de prote

cio node ser que em duas se

manas a gente complete (100% das crianças com uma dose) —

diz Palmieri. - Tudo depende

etária com uma dose

TRA, só Fortaleza e Porto Velh aplicam apenas Pfizer no públ

co de 5 a 11 anos. Outras 16

também disponibilizam a Coro naVac como opção, em criança e jovens de 6 a 17 anos. O res

canitais Aracaiu (SE). Goiânia

(GO), Florianópolis (SC) e Vitó-ria (ES) não se manifestaram

ou quais ir

levará cinco meses

No atual ritmo. vacinação dessa faixa

noeber mais dose

pagao nos sistemas do in..... io da Saúde, após ataques

A situação, segundo esnecia listas, traz prejuizos para a ges tão e o acompanhamento d imunização de crianças

 Alguns municípios do Norte do país, como em Roraima e
no Pará, têm 7% de vacina contra a Covid-19 na primeira dose. É claro que isso é errado. N nhuma cidade vacinaria só 79 10% 20% com uma dose Hi nistério — afirma o presiden. de Pediatria, Renato Kfouri. Há a previsão de que o repre

o de informações, em cos, reverbere até meados deste mês. Em Teresina, por exemplo. dados oficiais apontam que 3,78% da população de 5 a 11

anos foram vacinados, o que to anos roram vacinadas, o que to-talizaria 3.434 crianças. O presi-dente da Fundação Municipal de Saúde, Gilberto Albuquerque carantiu no entanto que o número de imunizados está en-tre 18 mil e 20 mil, o que daria uma cobertura de cerca de 20% digitar tudo de novo - diz. re

lação de 5 a 11 a

Avanco a passos curtos

Dador do consórcio de imo qual o EXTRA faz pa te mostram que pelo menos 2.455.668 crianças de 5 a 11 anos tomaram a primeira dose até a quinta-feira, o equivalente a 11,98% da população na faixa etária. Mantendo o atual ritmo de 1% de vacinação a cada 1,5 o coordenador na Rede Análice Covid-10 Icaac Sch. rarstzhaupt, projeta que o Bras deve alcancar 100% das crian om a primeira dose daqui a projecão considera 17 de janei como o marco inicial

principalmente se a vacinação é voluntária e não, compulsória pondera o analista de dados Se a vacinação infantil tive mais hesitação (dos responsá

veis) pode ter mais dificuldade. Médica da Vigilância Epide miológica da Secretaria Munici da vacinação na cidade à distribuição de doses a toda a faixa etária, sem escalonar por sub-grupos, e também ao uso da Co-

NÚMEROS Proporção de vac

Dalám /DAY

Recife (PE)

Bea Vista (RR)

Rio de Janeiro (RJ)	29,66%
Brasilia (DF)	27,50%
SãoLuis (MA)	25%
Porto Alegre (RS)	25%
Curitiba (PR)	23,50%
Campo Grande (NS)	21,67%
João Pessoa (PB)	18,13%
Belo Horizonte (MG)	16%
Natal (RN)	14,14%
Palmas (TO)	14%
Cuiabă (MT)	12,20%
Macapá (AM)	12%

10,629 Porto Velho (RO 8.76% Marillo (1985) 8.70% Fortaleza (CE) Teresina (PI)

2 33%

'Vacina de vento' no RJ

Saúde de Campos dos Goytaca zes, no Norte Fluminense, infor mou ontem ter afastado a enfer meira que deu injeção sem vaci na a uma criança. O caso acon teceu na manhã de quinta-feira no posto da Cidade da Crianç Zilda Arns, no bairro Parque A zira Vargas. Ao injetar a seringa num menino de 8 anos, a profisaté o fim. como mostrou uma abriu sindicância contra a enfermeira e iá a ouviu embora não

A Socretaria municipal de

alegações da profissional. Ontem. a Polícia Civil disse que abrirá inquérito para apu-rar possível crime de infração sanitária, a exemplo de outros casos de não aplicação da vaci-na já noticiados ao longo da pandemia, conhecida como à tona depois que a dona de casa Cristiane Lopes, de 29 anne ao assistir ao video que nos, ao assistir ao video que ravara do momento da vaci-acão de seu filho Nycollas, de

A administração municipal afirma que foi feito contato com a família e que a criança passará por consulta médica na próxima terça-feira, "para conclusão do caso e decisão sobre o intervalo a ser respei-

tado para a revacinação" acrescenta ain-Policia abrirá da que os postos de vacinação no mu-nicípio é o vaci-nador mostrar

a seringa antese depois da apli pais ou responsáveis legais. Isso afasta qualquer dúvida quanto à correta imunização". A imagem gravada por Cristiado no caso de Nycollas, y



Bondinho Pão de Acúcar? Jornal EXTRA Outros Nome: Tel/Cel Cidade Cep: F-mail Mão desejo receber ofertos do Extra e po 01/03 05/02 14/02

Brasil volta a registrar mais de mil mortes em 24h

4 mortes provocadas pela Covid-19 num período de 24 horas, totalizando 631.069 óbitos desde o início da pandemia. Com isso, a últimos sete dias passou para 732, a major registrada desde 23 de agosto do ano passado,quando estava em 766). Em comparação com a média de 14 dias atrás, a va-riação foi de 160%, indicando tendência de alta nos óbi-

Assim como nos dois dias nteriores, nenhum estado apresenta tendência de que da nas mortes por Covid; to dos estão em alta ou estabil dade. Isso não ocorria desde 12 de janeiro de 2021, há mais de um ano.

O país também registrou 219.298 novos casos de Co-vid-19 em 24 horas, chegan-do ao total de 26.319.033 die o início da pander Com isso, a média móvel de casos nos últimos sete dias atrás a variação foi de 30% Essa comparação leva em

conta a média de mortes nos últimos sete dias até a publi cação deste balanço em relação à média registrada dufatais do novo coronavírus atinge agora um patamas quatro vezes maior do que quatro vezes maior do que estava às vésperas do ataque hacker que gerou problemas nos registros em to do o Brasil, ocorrido na ma drugada entre 9 e 10 de de zembro. Na époci média indicava 183 por Covid-19 a cada dia. Os números estão no nove evantamento do consórcio

de veículos de imprensa. uma parceria inédita entre

EM ALTA OU ESTÁVEI Nenhum estado brasileiro apresenta tendência de queda nos óbitos

EXTRA, O Globo, G1, O Estado de S.Paulo, Folha de S.Paulo e UOL, que passa-ram a trabalhar, desde o dia informações necessárias nos 26 estados e no Distrito Fe deral sobre a situação da pandemia de coronavírus no Brasil O balanco é feito a

A curva de mortes está em alta em 24 estados e no Distri to Federal. Apenas Acre e Ro Do G1



PARA AS CRIANÇAS VOLTAREM A PULAR POR AÍ. DÁ UM PULINHO LÁ NO POSTO DE VACINAÇÃO.

VACINAÇÃO CONTRA A COVID PARA CRIANÇAS DE 5 A 11 ANOS.





UMA CAMPANHA PARA TODOS.





ADAPTAÇÃO EM UM NOVO PAÍS

Uma vida repleta de dificuldades

Só em 2021, Brasil aceitou 54.004 refugiados, que enfrentam uma série de obstáculos

Moise Mugenyi Kabagambe no Rio trouxe à tona a situação das pessoas que fogem de seus países em busca de uma vida melhor no Brasil. Segundo os números mais atualizados do Comitê Nacional para os Refugiados (Conare), repassado ao EXTRA pe-lo Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugia dos (Acnur), até dezembro de 2021 o governo brasileiro concedeu o status a 54.004 estrangeiros. Venezuela. Sí ria, República Democrática do Congo, Cuba, Paquistão e Palestina são as principais

A maior parte vem da Vene sela: 91%. Assim, a maio parte dos pedidos de refúsio são feitos em Roraima, que faz fronteira com o país governa dor nelo chavismo. A Remública Democrática do Congo, pa-ís de origem de Moïse, é o terceiro com mais refugiados: 658, só atrás da Venezuela e da Síria, com 2.110 pessoas. O principal motivo para a ssão de refúgio r violação de direitos huma

nerseguição por opinião po raca ou nacionalidade que esteja sendo perseguida.

A maioria dos refugiados é
de adultos entre 18 e 59 anos, mas também há milhares de

enfrentam como principal di ficuldade o processo de inte-gração social e econômica. - A legislação brasileira é muito avancada e dialoga diretamente com a Convenção da ONU de 1951 sobre o tema.

te no território nacional. Mas há algumas barreiras, como a dificuldade no reconhecimento de diplomas. Também tem - disse Luiz Fernando Godinho, porta-voz do Acnur no Brasil, para quem a morte de Moïse foi um caso isolado. O Bracil tem uma tradicão de

- A gente reconhece que a

giados — afirmou Godinho. ados — afirmou Godinho. Violência, preconceito, fo-

me humilhação Avenezuelana Yelitza Lafonte, 47 anos, sentiu na pele o pior que a du-ra realidade de muitos refugiados e imigrantes no Brasil tem a oferecer. Desesperada
por não ter mais o que dar de
comer aos seus cinco filhos em

que é acolher e anoiar os refu-

seu país de origem, a professo-ra decidiu cruzar, em janeiro de 2018, a fronteira em Pacavelho à énora com 18 anos No primoiro dia de rua entra da no país, o filho foi seque trado e espancado por traf cantes locais, que o confundi

Volta por cima no Rio

da a um abrigo no Rio de Janeiro, onde passou a integrar quatro ONGs de apoio a refugiados Destacou-se como uma articuladora e foi chama da pela Organização Interna cional nara as Migrações da ONU para participar de pre gramas voltados ao apoio o tras venezuelanas. Hoje, além das ONGs e de trabalhos vonhol de graça a crianças e ado lescentes no Rio, ela faz o ca dastro dessas imigrantes en Roraima numa pesquisa da Organização e, por conta pró pria, ajuda essas mulheres a

conseguirem mais ranida-

porte para onde precisam.

— Chegam aqui com muita
tristeza, dor e confusas. Mas eu não choro na frente delas Conto a minha história, re-forco o quanto são fortes, e aiudo com as informações

agora ter do lado a compa-nhia, do marido e de três fi-lhos, além do que a acompanhou na entrada em Roraima: duas meninas, uma de 12 e 16, e uma adolescente de 15 anos. A filha mais velha, de 24 anos e o neto vivem como mas pretendem vir ao Brasil. z



Extremista alemão está vivendo no Brasil

desde o início de novembro no Brasil, onde continua fil-mando e divulgando vídeos com discurso de ódio. Condenado em 2018 na Alemanha pelo crime de negação do Ho-locausto, Nikolai Nerling é conhecido em seu país por um canal chamado Der Volksleh-rer (O professor do povo).

Nerling é um extremista da direita convicto. Ele espa lha antissemitismo, narrati vas conspiratórias, naciona-lismo e racismo — diz Mania Kasten, do Conselho Móvel ção que aconselha vítimas de ataques neonazistas.

Nerling tem 41 anos e viajou para o Brasil como turista, mas fez do país seu lar temporário. Na Alemanha, vários inquéri-tos e multas o aguardam. Ele diz temer ser preso caso tenha que voltar. Uma condenação em particular poderia sair cara para o blogueiro: após negar publicamente o bolocausto no condenado em fevereiro do, e a condenação tornou-se definitiva em dezembro de 2021. O próprio Nerling cor

Nikolai Nerling gravou video em campo de concentração

negando o holocausto Nerling trabalhou como professor numa escola primá-ria em Berlim, mas foi demititante da extrema direita ale-mă, mantendo contato com

de um ataque terrorista come-tido por neonazista na cidade de Hanau em 2020. Também atuou como "repórter" em Quando questionado, ele

não quis dizer onde está mo-rando no Brasil. Seus vídeos mostram que já visitou várias



INTERNACIONAL

Menino de 5 anos cai em poco de 32 metros no Marrocos

identificado como Rayan, es-tá preso desde a noite de terça-feira em um poço de 32 metros de profundidade na cidade de Bab Berred, na provincia de Chefchaouen, Marrocos. A operação de resgate já dura três dias, mas autoridades acreditam que o trabalho está no fim. Na noite de quinta-feira, uma câmera confirmou que o

sinais de fraqueza. Ele já teve comida e água. Uma equipe médica está de plantão no local, bem como um helicóptero, para levá-lo ao hospital as-sim que for resgatado. O reseate da crianca está

se aproximando. Nossos cora-ções estão com a família e estanos orando para que ele volte ara eles o mais rapidamente começou na terca-feira, e equipes já

possível — disse o porta-vo: do governo, Mustapha Baitas O buraço é estreito e de di O buraco e estreito e ue ui-fícil acesso. Por isso, foi ne-cessário realizar uma perfuração paraela ao poço. Faltameerca de três metros para fundidade de 28 metros, on-chegar ao local onde está de chegamos agora, é menor Rayan. A operação atingiu ainda — disse à BBC Moha-

ento, por conta do risco de — O problema deste reseate é que

eodiâmetrodob é muito, muito pequeno, cerca de 25 centímetros. Na pro-

A mãe do menino disse que a família procurou Raya todos os lugares até ouvir gritos vindo do poço. Logo de-pois, acionou a autoridades. O drama provocou uma otda de apoio nas redes sociais na med Yassin El Ouahabi, preregião norte da África, z

No Vaticano, roupa provoca expulsão A empresária paulista Juli- zer. Uma roupa de inverno. É

ana Vieira afirma ter sido ex-pulsa do Vaticano, no domingo passado, por "não estar vestida de forma apropria-da". Ela contou o episódio à coluna Page Not Found, do site do EXTRA.

— Não fui impedida de en 50 anos se aproximou de mim dentro do Vaticano e disse em italiano, que eu en-

local para fazer culto, para va vestida de forma apropris da — lembrou.

Segundo Juliana, o ho-mem que a abordou exibiu um crachá de funcionário do Vaticano A empresária ouv gens, defendeu-se:

de cano longo. A culpa não foi minha, e sim das pessoas que são fanáticas por religião. z



Siga-nos no Twitter @_extra_extra

Mande noticias pelo WhatsApp 2199962-6865



Energias concentradas no grande rival

ernador Cláudio Castro (PL) esteve, na última quinta-feira, em São Paulo.

 A viagem tinha questões de governo na pauta — e de políti-ca no horizonte, claro, afinal, estamos em 2022

Michel Temer, da cúpula do MDB da pré-candidata ao co-mando do Palácio do Planalto Simone Tebet, até foi parar nas edes sociais do governador

nador João Doria (PSDB) — aspira à presidência e adversá rio ferrenho de Jair Bolsonaro foi no sapatinho Nada de registros públicos

 Apesar do quebra-cabeça naci-onal, Castro quer tucanos e eme debistas na sua aliança, no Rio.

Liberado

da família Bolsonaro para buscar apoio nos partidos de alguns adversários do presidente. Só onde, na avaliação do clã, não houver risco ao projeto reeleição.

E, hoje, a rivalidade está c

ntrada no ex-juiz Sérgio Moro. cutucar a onça. É melhor não fazer alarde de algumas visitas.



Poderoso e assediado

Leandro Matieli, nomeado diretor-geral de Pla Leandro Matieli, nomeado diretor-geral de Planejamento da Casa Militar — mas respondendo também pelo expedien-te da Coordenadoria Especial do Gabinete do prefeito Edu-ardo Paes (PSD) — trocou as paredes de vidro da sua sala, no Centro Administrativo, por divisórias opacas.

 Há auem reclame da reducão no índice de transparência ria quem reciame da redução no indice de transparencia, ativo anunciado como um dos maiores valores da terceira e mais recente zestão de Paes na Prefeitura do Río.

Mas muita gente mbém anosta que o moco não aguenta

Fábrica municipal

 Maricá será, em maio, a pri-meira cidade do país a produzir seus próprios ônibus híbri-dos (elétrico + etanol), a par-tir de tecnologia desenvolvida om considuio com a Coordona ção dos Programas de Pós Graduação em Engenharia (Coppe), da UFRJ.

▶ Igor Sardinha, secretário de Desenvolvimento conta que o emitir carbono

E que os ônibustarifa zero para a população da cidade — serão fabricados

Colateral

A ideia é ainda gerar empre-gos — o que não é nada mal, neste momento da pandemia.

Agora, vai!

Com os índicas da Covid caindo novamente - obriga-da, ciência! - tudo indica que finalmente o município de Itatiaia vai ter um prefeito eleito pela população.

mina neste fim de semana.

E a eleição, que já foi adiada duas vezes, está marcada para o dia 13 de marco.

mais tanto assédio

Todo mundo sabe que ele cuida das questões administra vas do gabinete — além de estar sempre colado em Paes.



COMPRE O EXTRA E SONHE ALTO!

O EXTRA VAI SORTEAR 25 PASSEIOS PARA DUAS PESSOAS NO BONDINHO PÃO DE AÇÚCAR.



A O Cahecão, nec

gem da artista Maria Eugenia Tita, filha de Antonio Nóbrega

narticina da oficina presencia

da Companhia Ensaio Aberto no Armazém da Utopia que

começa hoje, e vai até a próxi-ma quarta-feira. A oficina aborda as práticas nas tradi-

NUCAÇÃO O Colégio Cruze

recebe inscrições, na semana que vem, para alfabetização de jovens e adultos. Serão aulas

gratuitas, on-line e presenciais

na unidade Jacarena

ções populares brasileiras.

pre o EXTRA, publicado no jornal e deposite em Quanto mais cupons você depositar, mais chances de ganh

Cupons até 14/02





formais registrados pelo Caged no ano nassado. 21 milhões vie



NDO DE GARANTIA

Novas regras para antecipar o saque-aniversário do FGTS

Caixa reduz o valor mínimo do empréstimo para R\$ 500 e amplia limite de antecipação

A Caixa Econômica Federal (CFE) está implementando do Fundo de Garantia do Tem po de Serviço (FGTS), modali-dade que permite a retirada anual de parte do dinheiro da conta vinculada. A primeira mudança é no valor mínimo para solicitar a antecipação, ue diminuiu de R\$ 2 mil nara R\$ 500, o que possibilitará que pessoas com saldo menor tepham acesso ao crédito. Além disso, os clientes que estão no Caixa Tem podem contratar o

empréstimo nelo anlicativo A partir da segunda quinze-na de fevereiro, a CEF passará a oferecer a possibilidade de antecipar cinco saques-ani versário. Atualmente, é possi versário. Atualmente, é possí-vel antecipar até três, com taxa de juros de 1,49% ao mês. Além de o valor total mínimo do empréstimo ter passado a ser de R\$ 500.00, é necessário ue cada saque-aniversário a er antecipado seja de, pelo menos, R\$ 300,00, E a data do

crédito do último saque a ser antecipado não pode ultrapas-sar o limite de 999 dias. Segundo dados da Caixa, nais de 2.3 milhões de pesso

as já pediram o crédito, sen-do 1,3 milhão deles clientes negativados. Ao todo, foram

realizadas 7,4 milhões de operações, injetando mais de R\$ 15 bilhões na economia. O empréstimo é disponibil zado aos clientes que fizeran FGTS. É preciso indicar a CEI como a instituição financeira autorizada a oferecer a linha de antecinação, o que ser feito pelo app Caixa Tem.

Contratação não impede cliente de obter outras linhas de crédito do banco

Os valores antecinados fi dia útil seguinte à contrata ção do empréstimo. O venci-mento da operação ocorre na data do pagamento do sazado o débito de forma auto mática na conta do FGTS do trabalhador para liquidação da operação, sem impactar em sua capacidade de paga-mento nem na possibilidade

VEJA SIMULAÇÕES

	19 ano	2º ano	3º ano		
Valor de antecipação do saque-aniversário	R\$1.000 R\$300 R\$300				
Soma dos 3 anos	R\$ 1.600				
Contratação	(>) :	contratação pod iois atinge o valor xigido de R\$ 500 nínimo por ano de	mínimo além do valor		

	19 ano	29 ano	39 ano		
Valor de antecipação do saque aniversário	R\$ 500	R\$ 300	Não opto		
Soma dos 3 anos	R\$ 800				
Contratação	(~)	A contratação por pois atinge o valo exigido de R\$ 500 mínimo por ano d	r mínimo I, além do valor		

	1º ano	2º ano	3º ano		
Valor de antecipação do saque-aniversário	R\$ 400	Não optou	Não opto		
Soma dos 3 anos	R\$ 400				
Contratação	(V)	A contratação não p realizada, pois não a minimo exigido de R	tinge o valor		

Para optar pela modal

de, é preciso comunicar sua decisão à Caixa Frontmira Federal o que Económica Federal, o que pode ser feito em uma agência do banco, nos caixas eletrônicos, pelo site do Fundo de Garantia do Tempo de Serviço ou pelo aplicativo FGTS. O

trabalhador pode fazer a seu aniversario, ou seja, o nascidos em fevereiro tên até o próximo dia 28 para optar pela modalidade. O saque é sempre liberado no inicio do mês de aniversário do trabalha-dor e fica disponível por

poderão sacar entre o próximo dia 19 e 31 de maio). O trabalhador que fizer a opção poderá sacar

Segundo o Banco Co

o ritmo de adocão do Piy su-

perou as expectativas em to-

das as faixas etárias e é natu-

ral que as pessoas mais ve-

lhas encontrem maiores bar-reiras com a tecnologia. Em

nota, o BC diz que apesar do acesso menor entre os ido-

acesso menor entre os ido-sos, o crescimento é expressi-

"O uso do Pix pela

porcela adicional, que pode chegar a RS 2 90000

Adesão impede a retirada caso seia demitido

▶ Em 2021, 9,8 milhões de novos trabalhadores aderiram ao saque-aniversário. Segundo a Caiva ovolume total deretira das no ano passado foi de R\$ 17,7 bilhões, incluindo os valores renassados em razão da préstimos usando o saque ani-

versário como garantia.

A adesão ao saque-aniver-sário não é obrigatória. A modalidade, criada pela Lei 13.932/2019 e em vigor des-de abril de 2020, é uma alternativa ao saque-rescisão, quando o trabalhador pode re-tirar todo o saldo do FGTS se for demitido sem justa causa

Quem adere ao saque-ani ersário perde o direito ao sa que-rescisão. Assim. caso seja demitida, essa pessoa recebe rá somente a multa rescisóri de 40% em cima do valor de positado pelo empregador. Se o trabalhador quiser de-sistir do saque-aniversário, a

migração para a outra modali-dade de retirada do FGTS só poderá ser feita dois anos após data de adesão. Por exem plo: uma pessoa que optou pe-lo saque-aniversário em janei-ro de 2022 e se arrependeu só

Medo de fraudes ainda afasta idosos do Pix

BRASILIA - O Pix, sistema eletrônico de transferências de dinheiro e pagamento ins-tantâneo do Banco Central (BC) lancado em novembro 020, superou todas as ex pectativas em termos de adesão da população. Mas, em um grupo etário específico ele aingrupo etário específico ele ain-da enfrenta resistências: o de pessoas com mais de 60 anos. Por medo de fraudes ou desco nhecimento tecnológico para usar a ferramenta, os idosos são os que menos fazem tranros que têm de 20 a 29 anos, ou 16% da população de acor-do com o IBGE, 26 milhões fizeram Pix em novembro ou dezembro. Este grupo repre-senta 27,3% dos usuários que ríodo. Já entre os idosos, a si tuação é outra. As pessoas com mais de 60 anos — 14,7% da população brasileira — representam apenas 8,9% dos clientes que manda-ram ou receberam um Pix nos dois últimos meses de 2021

sentada tem medo de sofrer al-

Especialistas que ela faz dos afirmam que aplicativos de banco se limita tecnológica a checar o saldo Piv é do na contr prático fazer tudo de dentro

da sua casa e não precisar es-tar se expondo em fila de lotérica ou de banco, mas infe-

está no time dos que decidi-ram não aderir ao Pix. A apoque participa de um projeto de inclusão digital de idosos realizado no Centro Universitário UDF, em Brasília. A professora Kerlla de Sou za Luz, coordenadora desse

nroieto e do UDF, diz que as chaves Pix - anteontem, o BC divulgou a ocorrência do terceiro caso desse tipo — des-pertam desconfianca e afastam o idoso da ferramenta:

 Muitos têm receio de ver-dade. Acho que como o Pix é um servico muito autôn

ATENÇÃO te bancário. Achei que eles (os

Datalege Consultoria Empresarial, recomenda

abordagens por e-mail, ligações ou SMS após a divulgação de vazamentos de dados. Ela orienta a nunca repassar senha e não clicar en

A Federação Brasileira dos Bancos (Febraban) reforça qu as instituições nunca ligam para o cilente pedindo senhas número do cartão ou foto do cartão. Também não há solicitação de devolução do para buscar qualquer coisa.

CHAVE NÃO DÁ ACESSO

só com a chave Pix não dá noinistas, de nosse de aiguns as vitimas para assim, tenta

CHAVE ALEATÓRIA "Utilizar o Pix é seguro, mas eleger dados pessoais (CPF

e-mail ou celular) como chave é perigoso, pois revela a privacidade dos dados e deixa os usuários em situação de vulnerabilidade", alerta Caroline Kersting, advog especializada em Direito Digital e na Lei Geral de teção de Dados (LGPD)

'Precisam de confianca'

a aposentada Rosa Casaccia, de 76 anos, aderiu ao Pix no fim de 2021. A demanda veio da empregada doméstica, que precisava que o pagamento che gasse mais rápido - Resisti bastante. Estava

demorando muito para che-gar a transferência para minha empregada e ela me pediu pa-ra fazer por Pix. Eu não estava querendo, mas como ela precide Porto Alegre (RS), que usa ra fazer transferências para os netos, o fisioterapeuta e a empregada mastem tentado reato? A Mega-Sena eu paguei com Pix, achei bem fácil. Professora da Faculdade de

Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul Unidade de Inclusão Digital de Idosos (Unidi), Leticia Machado explica que idosos têm mais resistência a novidades e medo de serem enganados. — Eles são de uma época

em que precisam ter confiança naquilo, são de uma época que falar com o gerente, ter esse vínculo afetivo com as pesso-as, porque é dinheiro que foi atalhado — diz a professora Em nota, o BC ressaltou que

o Pix é seguro e que tem feito campanhas para levar essi esclarecer que não se tratam de vulnerabilidades do Pix em tas vezes, o próprio usuário acaba confiando em estelio-natários, expondo suas credenciais ou realizando transacões para criminosos".



A aposentada Antônia Rosa decidiu não aderir ao Pix: "Acho prático, mas não me sinto segura"

Prefeitura dará auxílio de R\$ 500 para ambulantes

Profissionais cadastrados para trabalhar no carnaval de rua em 2020 terão direito

 Por conta do cancelamento dos desfiles dos blocos esse ano devido ao avanco da variante Ómicron do coronavi-rus, a Prefeitura do Rio anunciou ontem que dará um au xílio financeiro no valor de R\$ 500, que será pago em parcela única, aos ambulanes que trabalham no carna al de rua na cidade. De acor do com o decreto publicado ontem no Diário Oficial do Município, serão beneficia-dos aqueles que fizeram cadastramento nara atuar na carioca em 2020

en remnre hem anter Evirte toda uma cadeia produtiva que depende do carnaval. O que huscamos foi construir alternativas para essa cadeia produtiva. Há uma quantida de muito grande de pessoas que vão deixar de trabalhar nesse período e que, por conncia disso, deixarão de ter uma renda extra. Este pro ter uma renda extra. Este pro-grama, elaborado pelas secre-tarias de Desenvolvimento Econômico e Fazenda, busca dar um auxílio da prefeitura

para essas pessoas —explicou o prefeito Eduardo Paes (PSD)

O programa é coordenado pela Secretaria municipal de Desenvolvimento Econômico, Inovação e Simplificação e, de ficiadas Os ambulantes deserio postrar o rito carioca rio a artir da próxima quarta-feira e digitar o CPF para saber se

têm direito ao baneficio Quem estiver apto ao auxílio deverá fazer um cadastro até 17 de fevereiro. O pagamento será realizado no dia seguinte. — Com o cancelamento dos blocos de rua (pelo se-

gundo ano seguido, devido à Covid-19), milhares de tra-balhadores deixarão de ter a renda desse período. Espera-mos que este auxilio ajude a minuir os impactos da pandemia — afirmou o secretá.



Mais de 4 mil ficaram de fora

feitura, o carnaval de 2020, o último antes da pandemia, movimentou mais de R\$ 4 bilhões e contou com a ntesenca na cidade de 2 milhões de tu-ristas. Os números oficiais mostram também que os am-600 desfiles, de cerca de 500 blocos autorizados, dos quais 30% foram na Zona Nor te, 25% na Zona Sul, 25% no Centro e 20% na Zona Oeste. De acordo com o decreto, o bietivo do beneficio denominaval Carioca" é conceder apoio financeiro, de forma emergencial, "visando a mitigar o impacto socioeconômico nandemia da Covid-19º

ambulante do Carnaval dos tem pela prefeitura foi rece-bido com restrição pelo Mo-

vimento Unido dos Camelôs (Muca). A presidente Maria

qual o trabalhadores são esolhidas por sorteio. Além o, ela argumenta que todos os ambulantes

ser errado recorrer ao cadas

tro da Riotur de 2020, para o

que são beneficiados num no são atendidos no outro – A gente nem está discu tindo o valor, que é pequeno mas quer que todo o nosso po vo seja atendido — disse Ma pelo menos 4.700 ambulan

Servidor

Bolsonaro assina portaria que muda piso da educação

istro da Educação, Milton Ribeiro, assinaram ontem portaria que for-maliza o reajuste de 33,24% no piso salarial dos professores da educação anunciada em 27 de janeiro, vai de en-contro a recomendações do Ministério da Economia e da Casa Civil, que pro-puseram aumento de 7,5% com base na inflação. Ao todo, o governo estima que cerca de 1,7 milhão de educado-res devem ser beneficiados.

- A valorização dos professores vai muito além do seu reconhecimento por meio de melhores salários. Nesse regra de reajuste definida em 2008 e modificada em 2020, que leva em con-ta a legislação do antigo Fundo de Maquindo essa diretriz o salário inicial guindo essa diretriz, o salário inicial varia de acordo, principalmente, com a arrecadação do Imposto sobre Circu-lação de Mercadorias e Serviços (ICMS) pelos estados. Como essa re-ceita disparou em 2021, o piso tam-bém aumentou. O método usado para o cálculo no entanto foi o mermo vesica em 2021, por isso o aumento des-se ano tem sido considerado por opo-sitores como uma jogada eleitoreira.



CNM afirma que 'não há base legal' para reajuste via portaria

 A Confederação Nacional dos Mu-nicípios (CNM) afirmou, em nota, que formalizar o reajuste por porta ria não tem base legal e "demonstra que a União não respeita a gestão pública do país". A entidade estima olio om 22 240i terá im dos Prefeitos (FNP) reforçou que as cisões juridicamente seguras e fiscalmente sustentáveis

Mais de 6.7 mil não fizeram prova de vida do estado em janeiro

 A prova de vida do Rioprevidênci foi feita por 10.433 aposentados e pensionistas do Estado do Rio que nasceram em janeiro. No entanto, 6.784 não compareceram e devem ir a qualquer agência do Bradesco em do o país até o fim de fevereiro para março, que será paga em abril. Os nomes dos faltantes serão publicados no Diário Oficial do Estado (DOE) na próxima quinta-feira, dia 10



P bradesco ZUKERM





PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DO VALE DO RIO PRETO REPUBLICAÇÃO DE AVISO DE LICITAÇÃO

AVISO DE LICITAÇÃO

TRÓNICO Nº 005/2022/S SO Nº 35.773/2021/SEMI BORDEO EL ETRÓS



GRANDE LEILÃO DE INFORMÁTICA DO SESC/RJ

Dia 15/02/22 às 11:00h Serão mais de 200 impressoras,

600 toners / cartuchos, unidades fusoras e equipamentos de refrigeração para CPD. SOMENTE ONLINE NO SITE DA LEILOEIRA:

WWW.jvleiloes.lel.br

ompleto, visitação e totos no site da Laticeira. Cadastre-se já e dé-



ra novos tratamentos para o tip mais comum da doença, que é

Bem-viver

SICÃO GERA PRAZER

Exercícios físicos aumentam libido e desempenho sexual

Prática regular de atividades resulta em maior excitação e melhora erecão e lubrificação

A prática regular de ativi-dade física pode melhorar— um fluxo sanguíneo melhor a muito - sua vida sevual E e muito — sua vida sexuai. E isso não tem nada a ver com deixar o corpo "mais atraen-te" por conta de músculos definidos ou umas gorduri-nhas a menos. Estudos recentes mostram que os exercícios contribuem para o au-mento da libido e melhoria do desempenho sexual.

Dados dos Institutos Na-ionais da Saúde dos Estados Unidos mostram que dos homens possuem algum tipo de disfunção sexual. sendo a obesidade e a falta cícios físicos os prin

Um estudo publicado no The Journal of Sexual Medicine mostrou que mulheres que praticam até seis horas de atividade física por sema na apresentaram maiore níveis de desejo, excitação e lubrificação do que as se-dentárias. Elas também apresentaram menor sofrinto sexual e menor resis

aumentando o prazer). Já um trabalho publicado na revista científica Obesity mostrou que mulheres se dentárias e obesas relata ram problemas com ativida de sexual, deseio e desem

penho na hora do sexo Uma outra pesquisa, tam bém publicada no The Jour of Sexual Medicine

IMPACTO NEGATIVO O sedentarismo e a obesidade estão entre principais causas para as disfunções sexuais

mais chance de apresentar disfunção erétil do que aqueles que praticavam ati-vidade física com regulari-dade. Neste mesmo estudo, os pesquisadores descobri-ram que "melhorar a função cardiovascular em mulhea excitação e o orgasmo".



OS BENEFICIOS DOS EXERCÍCIOS PARA A VIDA SEXUAL

FI HORA A CIRCUI ACÃO

em irrigado). Já nas mulheres, a maior circulação de sangue na região intima ajuda na lubrificação da

AUMENTA A RESISTÊNCIA

resistência muscular. Quanto energia você terá na hora do

> ELEVA A AUTOCONFIANÇA Praticar exercícios físicos com maior regularidade nenta a disposição e a

melhorando a autoest

O estresse, a ansiedade e a

como doença o distúrbio de games

distúrbio de games é conside rado uma doenca pela Organi zação Mundial da Saúde (OMS). O que sacramentou a docisão foi a nublicação no más ca Internacional de Doencas e a Saúde, chamada CID-11. Nela, o problema é defir

como um padrão de comportamento caracterizado pela per da de controle sobre o tempo d jogo, sobre a prioridade dada aos jogos em detrimento de ou-tras atividades importantes e a decisão de continuar de frente à tela apesar de consequências.

O diagnóstico é dado quan-do os prejuízos afetam de for-

ma significativa as áreas pes soais, familiares, sociais, edu cacionais e ocupacionais ac longo de cerca de 12 meses. Hoje, a quantidade de joens que passam horas e até dias na frente do videorame aumentou muito— relata o psicólogo Cristiano Nabuco, nordenador do Grupo de De nendências Tecnológicas do versidade de São Paulo (USP) —Os jogos não têm mais ga-me-over nem pause. Se a pes-soa sai,ela desassiste seu time. Isso pode gerar medo de retali ação, o famoso F.O.M.O. (sigl para a expressão, inglês, de medo de ficar de fora). O te



E RECEBA 1 REVISTA COM PASSATEMPOS PARA TODA A FAMÍLIA.



EXTRA





BBB 22' terá casa de vidro montada no gramado

Então a produção do "Big Brother Brasil 22" trata logo ressurge das cinzas, agora montada no gramado do confinamento, com dois novos candidatos ao prêmio, um homem e uma mulher, que nodem passar a integrar o grupo Pipoca. O poder de decidir se eles entrarão ou não no jogo será do público, dem e. do nada, se denarem om a dupla no jardim Esses novos participantes stão em pré-confinamento.

vacinados e fazendo testes periódicos de Covid-19. Enquanto isso, com a dis uta rolando, a casa ganhou com Vinicius na ova da última quinta-feira confinados -... Jade Picon levou a melhor e garantiu a cooa esta semana. Logo após a comemora

cão, veio o susto: a influenci adora precisou escolher qua-tro pessoas para receberem consequências, sem saber quais seriam. Os resultados

VOTAÇÃO POPULAR A decisão de colocar o homem e a mulher na disputa pelo prêmio será do público

Natália, xepa para Jessilane, vip para Lucas e paredão para Naiara. Amiga de infância de Jade, a atriz Maria Brasil avalia que a nova liderança pode trazer repercussões: Fica um peso, até porque a dinâmica desta semana

foi supertensa. Veio como

uma grande responsabilida

que entre as sisters do quarto

Lollipop, só Bárbara pa gostar de Jade de verdad — Laís, Maria, Eslô... El encafifaram com a Jade Agora que é líder, todos vão para o lado dela. Mas, infelizmente, acho que deu uma de-sandada ali — avalia a parceira da influenciadora. Em conversa sobre o pró

ximo paredão no quarto do líder, Jade acabou mencio-

nando alguns possíveis no-

mes que podem estar na ber

faz bem para ela esses desafi os. Ao mesmo tempo, ten uma confusão para entiquem está do lado dela e uem não está. Na hora de escolher s a jovem de 20 anos coloco pulseira em Laís, Bárbara, Eli-ezer e Vyni. A aproximação com o grupo deixa a amiga

com essas coisas, acho que

da. Dentre eles, o do ator Arthur Aguiar — Estava tudo dando cer-Mas agora tem pessoas sen-do falsas com ela lá dentro. pela situação que ela acha

e está acontecendo -

na Maria Brasil, que toro Oueria que Arthur ganhasse a prova do anjo e ficasse imune, até para a Jack tirar essa confusão da cabeça. Acho que ele quer jogar junto. E eu gostaria que ela colocasse no paredão alguma das meni as que a interpretam mal.

Semana terá voto aberto e superanjo

22" será agitada. Depois da líder Jade ter escolhido qua-tro confinados para sofrerem consequências e, com isso, emparedado Naiara, ainda tem mais coisa por vir. O anjo dessa rodada terá poder em dobro: será autoimune e ain-

voto com peso dois No domingo, haverá um sorteio onde os oito primei-ros terão voto aberto e indicam uma pessoa ao paredão. o quarteto indicado para a cados da casa, configurando o paredão triplo. z





Silvero vira Jade Picon

Amores explosivos

como Kléber, namorado do médico Décio (Bruno Garcia). "Essa temporada traz o desfe-cho da história dos dois, que foi



» Após 20 anos longe da TV, a gaúcha Luciana de Rezende, que já foi Miss Porto Alegre, está de volta em "Além da Ilusão", nova novela das seis, que estreia segunda-feira, na Globo. Ela vai viver lara, secretária da Tecelagem Troplací. Já em sua trajetória pessoal, a atriz, de 44 anos, enfrentou altos e baixos. Em 2009, após uma decepção amo rosa, Luciana chegou a pesar 109 quilos e conta ter sido vítima de gordofobia na época.



Telinha

Ferrugem e Belo com Thiaguinho

 Ferrugem e Belo são os pri meiros convidados do "TVZ." verão ao vivo", que estreia nesta segunda-feira, às 18h30, no Multishow, com Thiaguinho no comando. Já a ex-BBB Mari Gonzalez e Gominho ficarão responsáveis pela cobertura digital do programa. A dupla vai exibir conteúdos exclusivos nas redes sociais do canal, além de mostrar toda a canai, aiem de mostrar to movimentação que acont nos bastidores.

NÃO CURTI

HOJE NAS NOVELAS Seu destino

Mondon avira a Daul Nenem avisa a Paula que aceitará a proposta de Car-mem. Nunes e Prado veem

Tigrão pichando na rua, Guiafastar de Tina e ficar contra a mãe. Neném enfrenta Roni Paula avança contra Carmer Rose e Guilherme procuran seus novos advogados. Roni ameaça Gabriel. Paula é ex-pulsa da Terrari. A **Morte** dá im recado para Neném. Pau



Carinha de anio Luciano aparece carrega do flores ao surgir na casa de

Juju e se revela como Lucky. Cristóvão dá com a língua nos dentes e diz que Gusta-vo e Cecília estão juntos. Verônica ouve e se choca. Cecília aparece no mesmo momento e Verônica pergunta se ela namora Gusta-vo. Cecilia fala que não quer falar de sua vida particular. Cristóvão fala que tem que



Um lugar ao sol

▶ Santiago deixa claro a Christian/Renato que conta com o gen-ro para ajudar na recuperação de Renato não consegue contar a Lara que não poderá se separar de Bárbara e inventa uma desculpa. Rebeca conta a Feline que foi Bár bara que se jogou contra o carro de Júlia. Felipe resolve morar no apartamento de Júlia. Érica suge re que Stephany trabalhe como secretária no lugar de Mercedes, e Santiago acaba aceitando.



HODÁSCORO

23/07 a 22/08 Procure cuida

Sagitário 22/11 a 21/12 É necessário di e usufruir do lazer de modo

Personare



23/08 a 22/09 Pode haver incompatibilida tre a vida intima e a social, o

Escorpião 23/10 a 21/11

Capricórnio
22/12 a 20/01
A vida familiar tende a pa
sar por momentos de fragilidade.
Tente ter inteligência emotiva par

Peixes 20/02 a 20/03 O momento pod



CLASSIFICADOS

ANUNCIE . 2534-4333



Carrie a Tarrence

PARA MENORES DE 18 ANOS

AUTOS COMPRO

TEM SITE

QUE É ASSIM:

A OFERTA ESTÁ

Q SETTIA

懿

TEM SITE QUE É ASSIM: A OFERTA ESTÁ LÁ, MAS O CARRO JÁ FOI EMBORA

Oferta velha não

Obras, reform

Aviso

LÁ, MAS O CARRO JÁ

FOI EMBORA

Oferta velha não

GUSSIONS OGLOBO



Retratos da vida



 A partir da próxima se-gunda-feira, Larissa Ma-noela poderá ser vista em sua estreia na Globo. Ela é a actrola de "Além da ilu são", a nova trama das sei Dos 4 anos de idade, quar do começou a fazer comer-cial para a TV, aos atuais 21, quando chega à amissora a atriz foi conquistan do făs, aumentando cad vez mais seu público, e vi cobicado em special pelas marcas de eleza e de moda.

ter, são quase 3 milhões), 15 anos", lançado em estando na lista dos dez 2017, faturou R\$ 2 mi-brasileiros mais seguidos lhões de bilheteria só nas na rede social. Uma publi-cação comercial por lá

rio, ela segue em alta, co- cas, a atriz dividiu a cena brando em média R\$ 2 com Ingrid Guimarães, milhões para estrelar uma Foram mais de 3 milhões campanha, Entre seus ne-de espectadores e R\$ 18 gócios próprios, está uma milhões arrecadados. operadora de telefonía ce- Nem céu é o limite para ular que leva seu nome. essa jovem estrela

CONTEÚDO ADULTO Vilões do 'BBB 20', Lucas e Hadson planejam parceria

Lucas Gallina e Hadson Nery deixaram o "BBB

20" com fama de vilões. Passados dois anos de sua participação no programa,

eles ainda colhem frutos

com a visibilidade alcanca da. Tanto um quanto o outro

abriram contas numa plata forma de conteúdo adulto para lucrar. Só que agora eles resolveram unir forças

e planeiam uma parceria por lá, como revelou o pro prio Lucas. A ideia é fazer

fotos e até vídeos juntos. Recém

solteiro, Lucas Gallina viu o número de assinantes de seu canal na plataforma dobrar em poucos dias

ver "o grandão sem medo, de outras formas e no

esmo sem postar fotos explícitas ou nu frontal. Já Hadson é um pouco mais desinibido por lá. Na descrição de sua conta, o ex-BBB afirma que essa é a "chance" para as pessoas que sempre quiseram

Larissa Manoela tam bém se transformou nu ma estrela de cinema ➤ Só no Instagram, Larissa atraindo milhões às salas ja acumula 43, 6 milhões escuras. Já são nove fil-de seguidores (no Twit-mes no currículo. "Meus

cação comercial por lá
não sai por menos que R5
150 mil de caché.

No ano seguinte, em
"Fala sério, mãe!", adaptação para as telas do bestseller de Thalita Rebou-



É o valor cobrado por ela para uma postagem comercial em seu Instagram

2 milhões É o cachê de Larissa para estrelar uma campanha publicitária

43.6 milhões





22', dedica carta aberta à filha e cita depressão



A gente tem uma relação muito boa, mas ele (Scooby) deixa a desejar muito no comprometimento. É fato foi por isso que me separei"

No canal de Theo Cochrane, no YouTube

Valeu

Quem disse que amor de carnaval só du-ra até a quarta de cinzas? Rogério Flausi-no está al para desmentir. O cantor e a mulher, que ele conheceu na folia de Salbam de comemorar 17 anos iuntos

----Foi Mal



"Somos pessoas diferentes", justificou Thyane Dantas, mulher de Safadão, em depoimento ao Ministério Público sobre ela e o cantor terem furado a fila da vaci-

na em Fortaleza, no Ceará.



teve até comentário da mãe do surfista, com quem ele não fala desde o ano passado. "Bom ver vocês juntos e sorrindo", escreveu Simone Medina.



Arthur Aguiar quer se casar com Maíra Cardi quando sair do 'BBB 22': primeira cerimônia foi surpresa para o ator

No "BBR 22" Arthur Cardi fora da casa. A bem da verdade, a festa com que sempre sonhou, em Fernando de Noronha, ch são casados no civil o ela prep evento em segredo e pe gou Arthur de surpresa

mento, até virou meme na internet. Ele e Maíra se casa ram em dezembro de 2017, cinco meses depois de assu que os dois dividiam no Rio. Mayra Cardi organiz Arthur desconfiasse de na

minissaia, tênis e cropped. que naquele época n usado para reagir.

uma juíza de paz os espera vam, ao som de Cello Suite N°.1, de Bach. Arthur cheu a cantar para a noiva na cerimônia. Agora é

aguardar que a tal festa em Fernando de Noronha saja do campo dos sonhos.

va atuando em "O outro lado do paraíso", de Walcyr carrasco. Coincidência ou ele escreveu uma cena em que Kim, interpretada por para fisgar de vez o conta r Mecio, vivido por An rson Di Rizzi. Mas na ficção, o noivo fugiu

Acesse nosso canal no Telegram!

https://t.me/Brasilrevistas

@Brasilrevistas

BRAS L REVISTAS

Clique aqui!

Confira as principais revistas do Brasili

JOGO EXTRA



COADJUVANTES DE LUXO

Marinho, do Flamengo, e Germán Cano, do Fluminense, lutam por um lugar nas suas equipes, que se enfrentam amanhã, pelo Campeonato Estadual

PÁGINAS 4 E S



TARELÃO

CAMPEONATO ESTADUAL 2022

CLASSIFICAÇÃO

1ª RODADA

22 RODADA

BOAVISTA 1 X 1 BOTAFOGO

AUDAX 0 X 0 NOVA IGUACU

VOLTA REDONDA 2 X 4 VASCO

FLAMENGO 2 X 1 PORTUGUESA

MADUREIRA 1 X O RESENDE

FI LIMINENSE O X 1 BANGLI

PORTUGUESA 1 X O AUDAX

V. REDONDA O X O FLAMENGO

RESENDE 1 X O NOVA IGUAÇU

VASCO1X1BOAVISTA

Nous launce D. Audax

REGITLAMENTO Os 12 times disputam a Tau Guanabara em tumo único. Após 11 rodadas, o primeiro será o campeão da Taça Guanabara e os quatro melhores avançam às último mincado será rebaixado à Série B. Do.

para a Taca Rio

7ª RODADA Nitton Santos 25/01 MADUREIRA X FLAMENGO Elcvr Resende 26/01 Raulino de Oliveira 2000 Luso-Brasileiro 26/01

Luso-Brasileiro 29/01

São Januário 29/01

Trabalhador.30/01

Nilton Santor 2010

lino de Oliveira 30/01

VOLTA REDONDA X AUDAX NOVA IGUACU X FLUMINENSE PORTUGUESA X BOAVISTA Convelheiro Galulio 27/01 **BOTAFOGO X RESENDE** Luso-Brasileiro.27/01 VASCO X BANGE 8ª RODADA **NOVA IGUAÇU X BANGU**

AUDAX X VASCO

98 RODADA

DECEMBE V DOAVIETA

OTAFOGO X FLAMENGO

São Januário.17/02.20h30 FLUMINENSE X VOLTA REDONDA Luso-Brasileiro 19/02 18h Laranião.20/02/16 PORTUGUESA X MADUREIRA Luso-Brasileiro 20/02 15/130 Raulino de Oliveira 20/02:16h Trabalhacor.21/02.15h30 Nilton Santos 23/02 20h

Consetheiro Galvão.16/02/5h30

Raulino de Oliveira 16/02 19h

A defink 16/02 21h 35

Luso-Brasileiro.17/02:16h

A definir 24/02, 25/02 ou 02/03

M. Bonita 24/02, 25/02 ou 02/03

Niltor Santos 17/02 18h

BOTAFOGO 2 X O BANGU UREIRA O X1 FLUMINE 3ª RODADA

BANGU1X1VOLTA REDONDA Moça Bonita.02/02 FLAMENGO 3 X O BOAVISTA sulino de Oliveira 02/02 VASCO 3 X 2 NOVA IGUACII São Januário 02/02 RESENDE 1 X 1 PORTUGUESA Trabalhador,03/02 BOTAFOGO 4 X 2 MADUREIRA Nilton Santos.03/02

FLUMINENSE 1 X O AUDAX Luso-Brasileiro 03/02 42 RODADA **BOAVISTAX VOLTA REDONDA** Elcyr Resende.hoie.16h Conselheiro Galvão,amanhá//5h30 Nition Santos amanha 16h

MADUREIRA X VASCO FLAMENGO X FLUMINENSE Luso-Brasileiro amanhā.19h RESENDE X AUDAX Trabalhador secunda feira (Sh30) BOTAFOGO X NOVA IGUAÇU Nilton Santos servenda feira 200

58 RODADA

BANGU X MADUREIRA Mora Bonita quarta feira 15030 VASCO X PORTUGUESA São Jacuário quarta feira 21h 35 NOVA IGUACU Y BOAVISTA Laranjão.quinta-feira.15h30 FLUMINENSE X ROTAFOGO A definir ou inta-feira 20h VOLTA REDONDA X RESENDE Raulino de Oliveira 02/03/19h

62 RODADA BANGU X RESENDE Moça Bonita 12/02/51:30 **VOLTA REDONDA X MADUREIR** Raulino de Oliveira/12/02/18h Jair Cameiro Toscano.13/02/5h30 FLUMINENSE X PORTUGUESA Luso Brasileiro/13/02/19h FLAMENGO X NOVA IGUACU Raulino de Oliveira 13/02 19h VASCO Y BOTAFOGO A definir 14/02 20h V. REDONDA X N. IGUACU R de Oliveira 24/02 25/02 ou 02/03 FLUMINENSE X VASCO BANGU X AUDAX FLAMENGO X RESENDE R de Obueiro 24/02 25/02 ou 02/03 PORTHGUESA Y BOTATOGO Luso-Brasileiro, 24/02, 25/02 ou 02/03 BOANISTA V MARIJEDRA Elcyr Resends:24/02, 25/02 ou 02/03

108 RODADA FLAMENGO X VASCO Rau ino de Oliveira 05/03 ou 05/03 NOVA IGUAÇUX PORTUGUESA Laranjão.05/03 ou 06/03 BOTAFOGO X VOLTA REDONDA Nitton Santos 05/03 ou 06/03 RESENDE X FLUMINENSE A definir 05/03 ou 06/03 ROAVISTA X RANGU Elcyr Resende.05/03 ou 06/03 MADUREIRA X AUDAX Conselheiro Galvão O5/03 ou O6/03

112 PODADA

BANGU X FLAMENGO Moça Bonita 12/03 ou 13/03 PORTUGUESA X VOLTA REDONDA Luso-Brasileiro 12/03 ou 13/03 **BOAVISTA X ELUMINENSE** Elcyr Resende 12/03 ou 13/03 São Januário 12/03 ou 13/03 NOVA IGUACU X MADUREIRA Laranjão.12/03 ou 13/03 AUDAY Y BOTAFOGO A definir 12/03 on 13/03

OS CAMPEÕES

Flamengo 37 títulos America 7 titulos Fluminense 31 titulos = Banqu 2 titulos ■ Vasco 24 titulos São Cristóvão 1 titulo Botafogo 21 titulos - Paissandu 1 titule

EVENTOS AO VIVO



00:45 O impiada de Inverno

Mundial de Clubes & Alby x Monterrey

TVCIII.TURA 16:00 Basquete (NBR): Mogi x Flamengo

SPORTU Vôlei de Praia: Circuito Brasileiro Futsal (Copa América - semifinal): Paraguai x Colômbia

Futsal (Cona América - semitinal): Brasil y Arpentina

07:00 Climpiada de Invernor Esqui Estilo Livre 11:00 Olimpiada de Inverno (Hócuel no Gelo fem.): EUA x Rússia Votet Guperiga mas à Burnerau x São José dos Campos Vitel Chaperings must America MC x Wires O implada de Inverno: Patinação Artistica

Olimpiada de Inverno: Snowboard O impiada de Inverno: Esqui Cross Country 05:30 Olimpiada de Inverno: Patinação de Velocidade

SPORTU 3 Ténis: ITF de Campos do Jordão (semifinais) Surfe Circuito Mundial (Etapa de Ploeline) NBA: Portland Trail Blazers x Milwaukee Bucks

PPV DO CARIOCA Carioca: Boavista x Vorta Redonda 16:00

19:30

PRE HERE Paulista São Bernardo x Porte Preta Paulista Água Santa x Novorizontino Mineiro, Caldense x Cruzeiro Gaúcho: Ypiranga x Internaciona

Mineiro América x Athletic ECDN 09:30 Copa da Inglaterra Cheisea x Plymosth Italiano Inter de Miláo x Milan

ESPN 2 Inci és (Terninino). Arsenal x Manchester United 09:30 Copa da Inglaterra Everton x Brentford NBA: Los Angeles Lakers x New York Knicks

ESPN 3 Espanhol Osasuna x Sevilla

ESPN 4 08-00 Automobilismo: Race of Champions 11-00 Italiano: Roma x Genoa 15-00 Inglès: Burnley x Watford Copa da Inglaterra: Tottenham Hotspur x Brighton

23:00 Boxe Keith Thurman x Mario Barrios Obs- os horários são fornecidos pelas emissoras

Vasco

Perto da solução amigável

Clube acerta com Bruno Gomes o fim do processo e ida para o Internacional; gaúchos devem mandar Zé Gabriel

Bruno Marinho

» O Vasco deve encerrar sem maiores traumas a crise envolvendo Bruno Gomes. Clube e jogador estão acertando a transferência dele para o Internacional. Com isso, o volante, conforme o combinado, vai retirar a ação na Justiça do Trabalho, onde cobrou R\$ 2 milhões e mais a rescisão unilateral de contrato.

Caso o desfecho se confirme, cruz-maltino vai se livrar de mais uma briga na esfera jurídica e não terá de quitar a dívida de cerca de R\$ 300 mil que tem com o atleta.

Além disso, o clube deve seguir com metade dos direitos económicos do jogador e ainda por cima receberá do clube gaúcho 50% dos direitos do volante Zé Gabriel.

O jogador de 23 anos, assim como Bruno Gomes no Vasco, está sem espaço no elenco e em baixa com a torcida do Internacional. A tendência é que assine contrato de duas temporadas com o cruz-maltino. A questão com Bruno Gomes é a última que resta para

a diretoria resolver, após a rescisão com o zagueiro Leandro Castan e a reintegração do goleiro Vanderlei. Por ora, Bruno Gomes treina separadamente, no aguardo da confirmação da saída.

Nova opção Zé Gabriel pode atuar como volante e também na posição de zaqueiro

Zé Gabriel é volante de origem e pode também atuar mais recuado, como zagueiro. O seu melhor momento no Internacional foi com Eduardo Coudet, em 2020. Naquela temporada, disputou 36 partidas. 28 como titular. x



Zé Gabriel teve melhor momento no Internacional em 2020; no ano passado, perdeu espaco



O jovem Raí, de apenas 19 anos, vem se destacando no time

No Botafogo, base dá conta do recado

Mesmo que tenha recebido uma parte do investimento do empresário americano John Textor, que está perto de concluir a compra do futebol do clube, o Botafogo ainda viu o dinheiro se transformar em grandes contratações. Mesmo que Breno e Erison tenham agradado no início, não são nomes tão grandes quanto a expectativa criada. Sendo assim, quem tem chamado a atenção nos primeiros jogos atenção propuestos. do Estadual são os jovens da base alvinegra. Matheus Nascimento tem

apresentado evolução. Após estreia apagada (Boavista), e uma boa partida contra o Bangu, com movimentações e chances criadas, ojovem de 17 anos fez outro bom jogo diamente do Madureira. Além de boas finalizações, o atacante deu a assistência para Diego Gonçalves empatar o placar—alvinegro venceu por 4 a 2.

Ainda contra o Madureira, o jovem Rai, de 19 anos, foi "o cara" do duelo. Entrou quando o placar estava de 2 a 0 para o adversário e mudou a partida. Com bons passes e chegadas na entrada da área, transformou o meio de campo alvinegro. No fim, quando com um gol. Nas redes sociais, forecenisos o elegerano sis, torcedores o elegerano esta, transformou son esta de campo alvinegro. No fim, quando com um gol. Nas redes sociais, torcedores o elegerano esta forecamba de com um gol. Nas redes sociais, torcedores o elegerano de compositores de c

melhor da partida. X

(João Pedro Fragoso)

4) JOGO EXTRA

Clássico

Diogo Dantas e Marcello Neves

 Talvez seia cedo demais para dizer que Marinho e Germán Cano darão certo em Flamengo e Fluminense, respectivamente. Porém, é impossível negar a agilidade de ambos os clubes ao aproveitar soluções boas e baratas para carências do elenco em 2022. Os jogadores estão na expectativa de serem titulares de seus times no clássico de amanhã, às 16h, no Estádio Nilton Santos, pelo Campeonato Estadual

A contratação de Marinho ao Santos por 1,3 milhão de euros (quase R\$ 9 milhões) aconteceu em apenas um dia, logo após a saída de Michael. Só que a avaliação interna do iogador de 31 anos era antiga. desde 2019, e seu desejo por defender o Flamengo também. Em relação a Cano, que o Fluminense não pagou nada, pois ele estava sem clube (tinha deixado o Vasco), o acerto não demorou.

Estadual Flamengo e Fluminense se enfrentam amanhã, às 16h. no Nilton Santos

Os dois têm trajetórias semelhantes até aqui: tiveram bons inícios fazendo gols e se credenciam a titularidade de seus times na temporada. A tarefa, entretanto, não será fácil.

O jogador rubro-negro precisará competir com Everton Ribeiro e companhia do lado direito do ataque do Flamengo. Já o tricolor está na condição considerada a pior do atual elenco: barrar Fred, o major ídolo da história recente do Fluminense e atual capitão da equipe. Pesa a favor do argentino, de 34 anos, os 38 anos do concorrente. Porém, a hierarquia da posição o coloca com status de reserva imediato.

Internamente, os elogios a Cano são desde a pré-temporada. Ele surpreendeu pela rápida recuperação e boa condição física após ter Covid-19.

ELES PEDEM PASSAGEM

Rubro-negro Marinho e tricolor Cano iá se destacam e buscam espaco nos seus times



PM se organiza para dois jogos próximos

também tem Madureira e Vasco em Conselheiro Galvão, às 15h30. Por causa da proximidade dos horários das partidas e uma preocupação no trajeto do trem, que leva torcedores a Madureira e ao Engenho de Dentro, local do

Além do Fla-Flu, amanhã Estádio Nilton Santos, a Polícia Militar já ligou o alerta. O FXTRA entrou em contato com a PM, que vai destacar quase 400 policiais para garantir a segurança dos torcedores. Em nota, o órgão disse que fará um "significativo reforço no domingo, quando

serão realizados dois jogos vão, cerca de 80 homens. pelo Estadual com grande apelo de público, ambos na Zona Norte da capital e quase no mesmo horário"

No Nilton Santos serão 280 policiais, além do apoio da cavalaria e do Batalhão de Choque. Já em Conselheiro Gal-

Eles seguem à venda nos sites de Flamengo e Fluminense. Os valores vão de R\$ 25 até R\$ 100. Os rubro-negros ficarão nos setores Sul e Leste, e os tricolores, no Norte e Oeste, x

Flamengo



Recuperação lenta

Sem prazo para voltar a jogar, Rodrigo Cajo faz trabalhos de equilíbrio muscular. Imagem de joelho chama atenção

Diogo Dantas diogo.dantas@extra.inf.b

O zagueiro Rodrigo Caio postou um vídeo ontem e apareceu em fotos divulgadas pelo Flamengo que mostram um pouco da recuperação da infecção surgida após cirurgia no joelho direito, em meados de dezembro. Nas imagens, chama a atenção uma protuberância no local da operação, provocada pela atrofia da perna direita, que teve perda de massa muscular

O jogador ainda não tem prazo para retornar aos gramados e segue fazendo as atividades de fisioterapia. Nesta etapa do processo de recuperação, Rodrigo Caio foca em trabalhos de reequilíbrio muscular antes de colocar cargas relevantes na perna direita. O zagueiro não se recuperará a tempo da final da Supercopa do Brasil, dia 20. contra o Atlético-MG.

"Fala, pessoal, mais um período de fisioterapia. Com forca e esperanca que tudo vai dar certo. Toda semana vou postar vídeos do meu tratamento, para que vocês possam acompanhar e ver minha evolução no dia a dia. Difícil, sempre é, quando você machuca. Mas a esperança e a força dentro de nós prevalece. Vamos

Cajo, em vídeo no Instagram Recentemente, o chefe do departamento médico do Flamengo, Márcio Tannure, falou sobre o cronograma para o atleta retornar aos gramados.

No dia 20 O zaqueiro rubro-negro não enfrentará o Atlético-MG

- O Rodrigo Caio evoluiu muito bem clinicamente, teve alta e inicia a reabilitação. Não nos preocupamos com prazo. mas que ele cumpra etapas Primeiro com fisioterapia. com retorno gradual para fortalecimento muscular, e depois a transição no campo para após todo esse processo treicom tudo", disse Rodrigo nar com o elenco - ressaltou.

Diego Alves deverá ficar fora do clássico

Aos 36 anos, Diego Alves ainda não tem estreia garantida no Flamengo no clássico de amanhă, contra o Fluminense. no Estadual, pelo Estadual. O goleiro ainda se recupera de dores no joelho, que o tiraram do duelo com o Boavista, na quarta-feira passada. Ontem, ele fez apenas trabalhos físicos, incluindo corrida no cam-

po do CT Ninho do Urubu.

Sem Diego Alves, o técnico Paulo Sousa manterá Hugo Souza como titular. Fora da última partida. Léo Pereira treinou e está à disposição, assim como Bruno Henrique, que não jogou quarta-feira. x

Abel Braga vê Arias atuando como volante no Fluminense

 Jhon Arias tem aproveitado as chances no Fluminense Autor do gol na vitória sobre o Madureira, no domingo passado, e com boa atuação diante do Audax, na última quintafeira, ambos os jogos pelo Estadual, o meia foi elogiado por Abel Braga. O treinador disse que o colombiano pode render atuando com armador ou até mesmo de segundo volante.

- Jogando por dentro do campo acho que tem um rendimento melhor, mas fez durante um determinado momento um segundo volante bem. É um atleta de muita velocidade e agressividade. Tecnicamente bom. Teve aquele lance contra o Audax que ele fugiu (saiu cara a cara com o goleiro), mas não conseguiu chutar. Ficou ali provado que sentiu um pouco o ritmo, estava cansado. É um jogador que está tendo uma utilidade muito grande - afirmou o treinador tricolor. X



Jhon Arias: elogiado por Abel

Futebol

507

neio Barrelona

O menino ficou para trás

Nevmar chega aos 30 anos: compare sua trajetória com a de outros craques do futebol quando tinham a mesma idade

Rafael Oliveira

rafael.oliveira@extra.inf.br Os 30 anos são tratados como uma idade simbólica no futebol. Antes deles, os jogadores estão em processo de maturação. A partir deles, de envelhecimento. É o ápice da vitalidade, aquele momento para se olhar para trás e saber em que patamar um atleta se encontra. E para frente, a fim de especular o que ainda se node esperar dele. Nevmar. que completa hoje três décadas de vida, ostenta uma traietória deseiada por muitos. mas alcançada por poucos. E que confirma seu lugar no esporte. Ao menos até aqui

12 anos O primeiro jogo como profissional. no Santos, foi no ano de 2009

Do primeiro jogo como profissional (em 2009) até agora, lá se vão quase 12 anos. Neste período, o atacante ultrapassou os 400 gols em 657 partidas por clubes e seleção. Com a amarelinha, já foram 70, o que faz dele hoje o segundo major goleador, atrás apenas de Pelé (com 77)

Neymar levantou taças importantes em todos os clubes pelos quais passou. Com ele, o Santos voltou a ser campe ão da Libertadores depois de

48 anos na fila de espera. No Barcelona, chegou ao topo da Europa ao vencer a Liga dos Campeões 2014/2015. Já no Paris Saint-Germain o brasileiro foi campeão francês por três vezes.

Diferencial Ao contrário de Messi e CR7, foi campeão pela seleção principal antes dos 30

Na seleção, onde exerce a lideranca técnica desde o ciclo da Copa de 2014, ganhou a Copa das Confederações (2013) e, principalmente, o inédito ouro olímpico no Jogos do Rio de Janeiro-2016.

As tacas levantadas nor Nevmar são as mesmas que Messi e Cristiano Ronaldo os dois majores nomes do futebol entre os atletas em atividade - conquistaram quando chegaram aos 30 anos; as principais ligas e copas nacionais disputadas por seus clubes, além do maior torneio continental.

Por seleções, o brasileiro consegue ser mais dominante. Ele não só é mais goleador como faturou um título com a equipe principal - o que tanto o argentino quanto o português só conseguiriam mais tarde. Só não tornou-se. como eles, o major artilheiro porque, no caso do Brasil, há o Rei Pelé na frente.

DE REPENTE 30

craques quando tinham 30 anos* Nevmar

401 gols por clubes pela selecão

701 jogos

0,80 gols por partida

Principals títulos

Olimpiada: 1

Mundial de cluber: 1

Liga dos Campeões: 4

Supercopa da Uefa: 3

Campeonato Espanhol: 8

Copa do Rei: 5

Premiações

Melhor do mundo Fifa: 5

Bola de Curo

France Football: 1

654 gols

590 jogos

1,1 gols por partida

Principals titules

Cona do Mundo: 3

Mundial de clubes: 2

Libertadores: 2

Brasileiro: 6

Torneio Rio-São Paulo: 3

pela selecão

pelo Santos

502 ■

nela selecă: por clubes

Principais títulos

Copa das Confederações: 1 Climniada: Mundial de clubes: 1 Liga dos Campeões: 1 Libertadores 1

Campeonato Espanhol: 2 Campeonato Francès: 3 Cons do Rei: 3 Copa da França: 3 Copa do Brasil: 1



Cristiano Ronaldo 464 gols

Supercopa da Uefa: 1

Campagnato Inglity 2

Campeonato Espanhol: 1

Campeonato Português: 1

Copa do Rei: 2

Premiacões

Melhor do mundo Fifa: 3

324 gols

614 jogos

0,53 gols por partida

Principais títulos

Cona do Mundo: 1

292

534 I

nor cluber

Bola de Ouro France Football: 1

718 logo:

627 logos pela selecão

nela selecăn 0,64 gols por partida

Lewandowski

434 gols

pela seleção

Principais títulos Campeonato Alemão: 6 Copa da Alemanha: 2 Campeonato Polonés: 1



366 gols 304

0,71 gols por partida

Principais títulos Cona do Mundo: 2

Copa das Confederações: 1 Copa América: 2 Mundial de clubes: 1 Campeonato Espanhol: 1 Copa do Rei: 1

Premiações Melhor do mundo Fifa: 3 Bola de ouro France Football: 2

Copa da Uefa: 1 Campeonato Italiano: 2 Campeonato Argentino: 1 Cona do Rei: 1 Copa da Itália: 1

nela selecão

Números e titulos de Nevmar e de outros

541 116 por clubes pela selecão

0.61 gols por partida

412 1

0,64 gols por partida

Principals títulos

Mundial de clubes: 2 Liga dos Campeões: 2



Copa do Brasil: 1

COMBATE

D 28 38 48 58 68 S

Protagonismo: o ponto fraco

 A comparação com craques do passado é inevitável. E aiuda a entender por que. mesmo positiva, a avaliação sobre Nevmar esbarra numa sensação de que falta algo para ele figurar no patamar mais alto. Aos 30. Pelé. Ronaldo e Maradona já tinham. no mínimo, uma Copa do Mundo cada, Mais: protagopapel de líderes. A excelência técnica aliada à capacidade nizaram estas conquistas. Não que para entrar neste de comandar em grandes

grupo seia preciso vencer a

principal competição de seleções. Messi e CR7 até hoje não ganharam. Mas não há mais dúvidas sobre o lugar que os dois ocupam na história. Se não possuem uma Copa, a dupla empilha conquistas de Liga dos Campeões, o mais importante torneio entre clube. E tendo exercido o

conquistas é o que une os

tes e Di Stéfano, Johan Cruvff. Puskás, entre outros. Mesmo tendo sido campe-

ão da Liga dos Campeões com o Barca Nevmar foi um parceiro de luxo de Messi. Ao realizar o movimento de se transferir para o PSG, o brasileiro mostrou que buscava esta relevância para și. Mas o título de peso, quase alcançado com o vice da Champions 2019/2020, ainda não veio.

grandes jogadores como es-



Neymar se transferiu para o PSG em busca de um título de relevância como líder de um time

Existe performance além dos 30

Fem torno dos 30 anos que o corpo perde a capacidade de se recuperar do desgaste dos jogos e das lesões. E, inevitavelmente, a performance está ligada ao aspecto físico. Mas a evolução da ciência mudou este cenário

O que não faltam são casos de quem manteve ou até mesmo melhorou sua performance a partir da terceira década. Como o próprio CR7. Sua média de gols saltou dos 0,64 até

29 anos para 0,88 dos 30 até hoie, conquistou mais três Champions com o Real Madrid, foi bicampeão italiano com a Juventus e levou Portugal ao título da Euro-2016 e da Liga das Nacões 2018/2019.

Lewandowski foi artilheiro e campeão da Liga dos Campeões com o Bayern e eleito duas vezes o melhor do mundo (2020 e 2021). Tudo

isso entre os 32 e os 33. - Vários fatores externos

podem contribuir - atesta Cláudio Pavanelli, fisiologista do Santos nos primeiros anos de Nevmar no clube e que hoje atua no esporte universitário americano: -Toda a tecnologia, estrutura e profissionais oferecidos. Da mesma forma que saber equilibrar nos jogos todas as valências físicas, como aceleração, desaceleração, mudanca de direcão e salto. Além, claro, da motivação. x

Aldo x Popó: a luta aguardada

Dois brasileiros renomados. De um lado, um dos majores atletas de MMA de todos os tempos. Do outro, um tricampeão mundial de boxe. Um confronto entre José Aldo e Acelino "Popó" Freitas definitivamente movimentaria o mundo das lutas e seria um feito histórico. Só resta agora fazer acontecer.

"Popó" voltou aos ringues no último final de semana para o duelo com o youtuber Whindersson Nunes. Ainda que tenha enfrentado um rival com pouca experiência, o excampeão mundial surpreendeu o público ao dominar o confronto do comeco ao fim. mostrando uma ótima movimentação aos 46 anos de idade. Após o término da luta de apresentação, ele propôs o desafio a José Aldo, que lá topou

Apesar de ter demonstrado interesse. José Aldo ressaltou que precisa da liberação do UFC para negociar os termos do combate. O ex-campeão da major liga de MMA do planeta também deixou claro que não está disposto a fazer uma luta de apresentação. Ele quer o duelo chancelado por uma Comissão Atlética. seguindo as regras oficiais do boxe. Diante de tantas indefinições, só nos resta uma certeza: essa é a luta que todos querem ver-



José Aldo: um dos majores atletas de MMA

POR BAIXO DO TATAME

UFC Após passar por uma cirurgia no cotovelo, Danilo Marques está de volta ao octógono. Hoje, o paulista fará a sua guarta luta pelo UFC contra o também brasileiro Jailton "Malhadinho" Almeida, que estreja na organização. Aos 35 anos, o neso meio-nesado. atualmente treinando na Kings MMA com o mestre Rafael Cordeiro, está empolgado com o seu retorno



PEQUIM 2022

▶ PEQUIM - A China quebrou o gelo. A Cerimônia de Abertura dos Jogos de Inverno de Pequim-2022, ontem, no emblemático Nino do Pássaro, marcada pelo boicote de chefes de Estado e pelo desfile das delegações com número reduzido de atletas foi criativa simples e de encher os olhos.

Por causa da Covid-19, a cerimônia contou com cerca de um quinto dos voluntários e público reduzido.

Uma superfície cristalina de gelo, com tela de LED de alta definição gigante, de 11,600 metros quadrados, cobriu o piso inteiro do estádio. As equipes caminharam sobre ela, num efeito lindíssimo, após entrarem no Ninho do Pássaro por baixo dos anéis olímpicos. O símbolo surgiu logo no início da festa, depois que seis iogadores de hóquei "quebraram o gelo". Uma cascata de cristais revelou os anéis

Outra solução mágica possibilitada pelo super telão foi a apresentação de patinadores que, ao som de "Imagine" de John Lennon, deslizaram pelo "chão de neve", revelando o lema dos Jogos Olímpicos em sua nova versão: "mais rápido, mais alto, mais forte - juntos".

De encher os olhos

Cerimônia de Abertura dos Jogos de Inverno é marcada pela tecnologia. Superfície de gelo com tela de LED foi uma atração



Jaqueline Mourão e Edson Bindilatti: dupla com a bandeira do Brasil na Cerimônia de Abertura

Mas, o ponto alto, além da maravilhosa queima de fogos. foi, como o esperado, o acendimento da pira olímpica. Nesta edição, não houve solucão mirabolante como em 2008, quando o ginasta Li Ning foi icada por cabos e voou pelo Estádio Olímpico para acender a chama. Desta vez, a esquiadora de cross-country Dinigeer Yilamuijang e o competidor de combinado nórdico Jiawen Zhao acenderam juntos a pira, bem menor do que as tradicionais.

> Evento Os Jogos Olímpicos na capital da China terminam no dia 20 de fevereiro

Assim como ocorreu em Tóquio-2020, o Brasil desfilou apenas com os porta-bandeiras e dois membros da Missão Olimpica, Edson Bindilatti, piloto do trenó do bobsled, e Jaqueline Mourão, do esqui cross-country, revezaram o porte da handeira do país.

Amanhā, o Brasil compete em Pequim com Sabrina Cass no estilo livre moguls, e tam-

bém com Manex Silva no esqui cross-country. x

OBITUÁRIO

Grego, ex-presidente da CBB

A Confederação Brasileira de Basketball (CBB) confirmou ontem a morte de Gerasime Nicolas Bozikis, o Grego, aos 79 anos. Ele foi presidente da entidade de 1997 a 2009. A causa da morte não foi informada

Nascido em Atenas, na Grécia, o dirigente chegou ao Brasil com 16 anos e iniciou a carreira nas quadras. Jogou até os anos 1970 e

passou por Botafogo, Sírio e Tijuca. Foi também presidente da Federação de Basquete do Rio e diretor da modalidade no clube alvinegro.

"Grego era um apaixonado pelo esporte. Um cara que pude conhecer melhor após assumir a presidência da CBB e que me surpreendeu positivamente pela sua simplicidade e pelo seu caráter. Meus pêsames à família e meu carinho. Sintam-se abracados e

orgulhosos pelo homem que ele foi. Meu respeito e admiração", disse o presidente da CBB, Guy Peixoto, em nota divulgada pela entidade.

Durante a gestão de Grego, o basquete brasileiro viveu alguns momentos turbulentos e outros de transição. O time masculino foi tricampeão dos Jogos Pan-Americanos, mas ficou fora das Olimpíadas de Sydney-2000, Atenas-2004 e Pequim-2008. O feminino teve como melhor resultado olímpico o bronze em Sydney. A Liga Nacional de Basquete (LNB), que organiza o

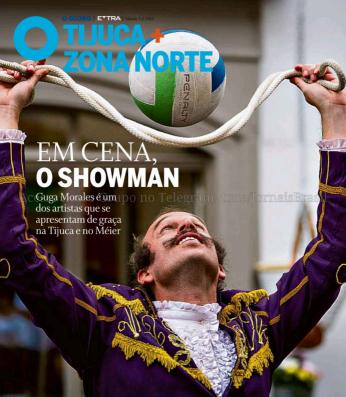
NBB, também divulgou nota de pesar: "Gerasime participou do

processo de chancela da CBB à LNB na criação da liga, ainda em 2008"

O dirigente fazia parte do comitê permanente de ética da Federação Internacional de Basquete, a Fiba. I



Grego estava com 79 anos



Clube O GLOBO

As ofertas anunciadas nesta página ficarão disponíveis ao longo da semana. Figue ligado em: clubeoglobo com br



A HISTÓRIA DE MOANA

O espetáculo 'Moana, o musical' adapta o filme infantil de sucesso para o palco do Teatro Riachuelo, no Centro do Rio. Assinante compra ingressos com 50% OFF. Saiba mais no site do Clube.



FESTIVAL DE VERÃO BRASILIDADE EM BÚZIOS

No Circo Voador, na Lapa, ingressos para o festival Quintas Quentes saem com 50% OFF para assinantes. Confira mais em nosso site.

Clube (fisica ou digital). ACESSE E CONFIRA!

Escolha o modo "Foto" e posicione a câmera de modo a captar o código Feito isso, a câmera mostrará no topo da tela a opção para abrir o link



Hospede-se no Hotel

Ferradura Private, em

Búzios, com até 15%

OFF. É preciso portar

carteirinha válida do

Corra: Nova América promove atividades físicas gratuitas

Há treinamento funcional, aulas de boxe e até ioga. Mas tem que agendar

DECIANE IESUS

Vamos malhar? De graça e ao ar livre fica ainda mais fácil cumprir aquela promessa básica de Ano Novo. Para incentivar a prática de exercícios físicos, o Shoppping Nova América promove saúde e inclusão através do esporte. A iniciativa faz parte do projeto Runnning. realizado em parceria com o Instituto Correndo pelo Rio. No programa, às quartas-

feiras às 20h-e em dois sábados de cada més, às 8h, um profissional de educação fisica supervisiona diversas atividades, como treinamento funcional, joga, boxe. muay thai, dance mix e alongamento. Para participar das atividades é preciso agendar com até 24 horas de antecedência por meio do aplicativo do centro comercial de Del Castilho. As turmas são de até 20 alunos.

Gerente de marketing do Nova América, Vinícius Comper destaca a importância de promover ações que



Em movimento. Frequentadores do shopping se exercitam ao ar livre

valorizam a saúde e o bemmodalidades acompanhaestar dos frequentadores: das pelo profissional de - O Nova América Runeducação física, o espaço

ning é uma resposta aos clide prática de exercícios ao entes que já se exercitavam ar livre funciona diariade forma espontânea dentro mente, das 6h às 17h, recedo terreno do shopping. Nosbendo criancas, jovens, so projeto nasce em um moadultos e idosos. Todos os mento em que muita gente protocolos de segurança repensa os hábitos e investe nos cuidados com a saúde. A ideia é inspirar os frequentadores e vizinhos do Nova

sanitária são seguidos. -Queremos fazer a diferença, com um espaço planejado para oferecer conforto, segurança e comodidade aos nossos frequentadores - diz Comper.

Independentemente das



O GLOBO - ALTO DA BOA VISTA, ANDARAÍ, CATUMBI, ESTÁCIO, GRAJAÚ, MARACANÃ, MUDA, PRACA DA BANDEIRA, RIO COMPRIDO, TUUCA. USINA E VILA ISABEL: ANCHIETA, CAJU, CASCADURA, ENGENHO NOVO, INHAÚMA, JARDIM AMÉRICA, LEOPOLDINA, MADUREIRA, MÉIER, PAVUNA PENHA PIEDADE SÃO CRISTÓVÃO EVIGÁRIO GERAL Editor: Milton Calmon Filho (milton: @com br). Edicão impressa: Ana Paula Azar pe inter na (ana ararige rga@eda/obo com br).

América a buscarem, cada

vez mais, qualidade de vida.

Editora assistente e edição on-line: Li Ian Fernandes (I lian/Bog obs.com tr.) Diagramação: Liz a Lourenço, Telefones: Redução: 2514-5000. r. 5265/5905/5762. Publicidade: 2534-4355. Faturamento: 2534-5464. Crédito: 2534-5860. Endereco: Plus Narqués de Pombal 25. 4º andar-CSP 20230-240 F-mail: falatius affine inho nom hr e falaznor tellinoloho com hr

Galinha Pintadinha monta ninho no Shopping Tijuca

Até o dia 16, garotada poderá conhecer a casa da personagem

PECIANETESTIS regiane jesus@oglobo.com.br

A Galinha Pintadinha fi-xou o seu ninho em terras tijucanas. Até o próximo dia 16, a personagem. que contabiliza 30 milhões de inscritos no You-Tube e tem mais de três milhões de cópias vendidas do seu DVD, estará no Shopping Tijuca para di-

vertir a criançada. O cir- acompanhados de um rescuito interativo - com ingresso a R\$ 30 por meia hora de duração -tem como atrações principais os ovinhos giratórios, as mesinhas de atividade e a casa da hero(na animal Não há limite de idade para participar das atividades, mas os pequenos de até 6 anos ou com necessidades especiais deverão estar

ponsável. O evento funciona de segunda-feira a sábado, das 10h às 22h: e. aos domingos, das 13h às 21h. Gerente de marketing do

Shopping Tijuca, Natália Correia dá detalhes sobre a atração voltada para toda a garotada:

- Trouxemos a Galinha Pintadinha para o Shopping Tijuca por ser um dos



ingresso. Por R\$ 30 a criançada pode se divertir com a Galinha Pintadinha e sua turma

majores sucessos do público infantil. Esta é uma oportunidade de proporcionar momentos únicos para os pequenos e deixar esse período de férias escolares ainda mais divertido. Contamos com um espaco lúdico para oferecer atividades que a criancada ama, sem deixar de lado a segurança. com todos os cuidados de higienização necessários para combater a Covid-19.

Comer cenoura faz bem à visão?



CRM 5297566-4 Oftalmologia

Consultas Populares R\$ 100,00 Aceitamos planos de saúde

Agendamento de consultas domiciliares Avaliação de feridas e curativos especializados

A cenoura é um alimento vegetal rico em betacaroteno, Quando digerimos o betacaroteno, ele se transforma em vitamina A. O baixo nível de vitamina A no corpo pode levar a problemas graves nos olhos, Uma alimentação balanceada não só traz benefícios ao olho como ao corpo todo

A falta de vitamina A é a terceira maior causa de deficiência nutricional no mundo, no nosso organismo pode levar a uma série de problemas seríssimos. Esta vitamina é mais importante durante a infância. Portanto, o grupo que tem maior risco de desenvolver problemas pela falta de vitamina A são as crianças

O conhecimento popular diz que comer cenoura faz bem à visão. e realmente faz, mas a cenoura é tão importante quanto outros alimentos. O coelho é um animal que tem uma visão muito boa, e gosta muito de comer cenouras. Logo, popularmente ligaram o alimento cenoura à boa qualidade de visão. E faz todo sentido.

Quando a vitamina A é deficiente, durante a gestação e nos primeiros anos de vida, pode levar a seguelas graves e irreversíveis ao bebê. A grávida não deve consumir vitamina A como remédio. Ela deve ser oferecida à gestante através da alimentação

No olho causa principalmente o ressecamento das estruturas oculares (xeroftalmia) e a cegueira noturna. A vitamina A é muito im-

portante para os bastonetes e para as células que lubrificam os olhos.

Quando essas células estão sendo formadas no útero de sua mãe, e existe pouco desta vitamina essas células não se formam direito e nunca mais se recuperam.

A retina é um tecido nervoso, que interpreta a luz que vem do ambiente. Existem dois tipos de células que percebem a luz: são elas os cones e bastonetes. Os cones são responsáveis por perceber cores e brilho. Já os bastonetes são responsáveis por perceber movimentos e visão noturna. A falta de vitamina impede que os bastonetes se formem corretamente. Isto dificulta que a pessoa perceba movimento à noite e não consiga ver com pouca luz

No caso da xeroftalmia (olho seco severo), as células que produzem a lubrificação do olho são deficientes. O olho cronicamente seco leva ao ressecamento da conjuntiva (parte transparente que recobre o globo ocular e as pálpebras por dentro) e da cómea. A longo prazo essa secura faz com que o olho tenha características de pele. O olho fica opacificado e não conseque transmitir a luz para o interior dele.

Portanto, uma alimentação saldável e balanceada durante a gestação, continuada na infância, pode impedir esse problema seríssimo e irreversivel. O Brasil ainda enfrenta grandes dificuldades na alimentação das crianças, principalmente nas periferias das grandes cidades e no interior dos estados. Alimentar bem as nossas crianças é simples, correto, humano e evita essas e outras tantas sequelas,

Cuidando de Vocêl

Curta a nossa página do Facebook | 21 3627-4450 Segunda a Sexta - 9h às 19h | Rua Medina, 127 • Salas 102 e 103 Méier - Rio de Janeiro/RJ, CEP 20735-130

Site: www.cuidar.vc



Vai dar praia. E muita diversão no Sesc Verão

Exposição interativa, encontros literários e peça ocupam unidade da Tijuca



Mostra. O projeto Sesc Verão leva para o Sesc Tijuca, de terça-feira a domingo, uma exposição no clima da estação, com direito a até areia de verdade

REGIANE IESUS emzi Gogisbo com b

Praia na Tijuca? Temos! A exposição "Vai dar praia", com direito a mar, sol, céu azul e até areia de ca", que acontece nos fins verdade, é uma das atra- de semana, às 16h. ções do Sesc Verão. O projeto está de volta este ano. ao formato presencial na unidade da Rua Barão de Mesquita 539

A mostra pode ser visitada de terca-feira a domingo, das 9h às 18h, até o dia 20 de fevereiro, Neste período, o projeto ainda promove, em terras tijucanas,

paço infantil, aos sábados e domingos, das 9h às 11h30m e das 14h às 16h30m. E tem mais: a apresentação do espetáculo infantojuvenil "Bagun-

Se a "praia" da Tijuca tem uma pegada bem cultural, o Sesc Ramos surfa na onda de valorizar a saúde e o bem-estar, através de lives em uma rede social.

No próximo dia 9, às 14h, por exemplo, a instrutora do espaço Karla Almeida comanda, no perfil @sescramos, no Instagram, a encontros literários no es- palestra "Fortalecimento



Músculos. Ainstrutora Karla Almeida comandará uma live sobre fortalecimento muscular

muscular". Iá no dia 23, às 14h, "Tem judô?", com o instrutor Fábio de Macedo, é a atração da transmissão ao vivo neste mesmo

endereco eletrônico. Seja olho no olho ou via contato on-line, o Sesc Verão tem o objetivo de trocar experiências com o público. Gerente da unidade da Tijuca, Isabel Queiroz está entusiasmada com o projeto de levar o clima praiano para o bairro.

— A exposição é um absoluto sucesso, sobretudo entre as crianças, que encontram no espaço a oportunidade de interagir. brincar e se divertir como se estivessem numa praia de verdade. É delicioso vêlas se esbaldando na areia, com as mamães e os papais fazendo os registros fotográficos. O colorido é lindo, e há uma energia maravilhosa neste ambiente. que é a cara do verão. Os visitantes podem ainda vivenciar engracadíssimas performances artísticas, que também acontecem durante a visitação - lemhra Isahel

No Sesc Ramos, o calor humano e o incentivo às boas práticas de saúde e bem-estar vão ser irradiados através da tela. É o que garante Sergio Parobé Mendes de Oliveira, gerente da unidade.

-O Sesc Verão é estratégico para dar visibilidade às ações desenvolvidas pela nossa equipe durante todo o ano. Elas são pautadas em atividades culturais, de lazer e educativas. Neste ano. em Ramos, estamos com o "Reconectando sentidos", que visa a promover a reconexão das pessoas em ambientes de harmonia, bem-estar e qualidade de vida - explica Oliveira.

Bem-vindos ao Le Vin Café. agora também no Cachambi

O tradicional bistrô de Ipanema abriu filial no NorteShopping

PECIANETESTIS regiane jesus@oglobo.com.br

Garoto de Ipanema desde 1997, o Le Vin Café atravessou o túnel para dar o ar da sua graca no NorteShopping. As unidades na Zona Sul e também a da Barra seguem abertas, mas, de acordo com o diretor-executivo da marca, Mark Louis, já havia passado da hora de servir na Zona Norte as delícias presentes no cardápio do tradicional estabelecimento. A variedade de cafés, sucos, doces e sanduíches compartilha espaco no menu com refeições festejadas, como o arroz de pato, a salada verde com queiio de cabra quente e as quiches, além dos estrogonofes de frango e carne. Louis explica o que moti-

vou o investimento em um espaco no centro comercial do Cachambi:

Aqui Sua Joia Vale Mais!

COMPRO OURO PRATARIA E CALITELAS DA CAIXA

FABRICAÇÃO DE ALIANÇAS DE MOEDA ANTIGA FABRICAÇÃO DE JOIAS E ALIANÇAS EM OURO

Fabricação Própria, com Melhor Preço do Mercadol



—O Rio n\u00e3o se limita \u00e0 Zona Sul nem à Barra, Era preciso oferecer o melhor da nossa gastronomia para outras regiões da cidade, e estamos começando pela Zona Norte. No dia 24 de dezembro do ano passado, nós nos demos

ELY'S JOIAS COMPRO OURO

um presente, que foi inaugurar o Le Vin Café do NorteShopping. Havia uma demanda reprimida. Prova disso é que fomos abraçados pelos frequentadores do shopping, que têm pedido, principalmente, os pratos executi-

Arroz de pato.

prato do Le Vin

O tradicional

Café está no

cardápio da

midade do

NorteShopping

vos, com destague para o galeto com purê de batata e molho de mostarda, os estrogonofes, o picadinho de filémignon e a lasanha.

Degustar o café da manhã ou da tarde no Le Vin também caju no gosto de quem marca presenca no centro comercial mexidos são uma sensação, a

exemplo dos doces, do crois-

sant com brie e presunto e a

ciabata caprese com mucarela de búfala, tomate, azeite e manjericão. Para acompanhar, sugerimos capuccino, chocolate e o suco de larania natural -diz Louis.

Os apreciadores de bebidas alcoólicas também têm vez no Le Vin Café.

-Ouem quiser brindar à - As torradas com ovos vida com vinhos e espumantes só precisa escolher o da sua preferência - ressalta o diretor-executivo.



DE R\$ 4.190.00 POR R\$ 2.690 12X SEM JUROS

» Super discreto, adaptação instantânea, Excelente na compreensão na fala sonora.

- » Transmissão direta, som natural.
- » Recurso Minha Voz.
- » Recursos audiológicos de alta performance.
- » Atende 90% das perdas auditivas.
- » Resistente à água.

HOME CARE ATENDIMENTO GRATUITO



(21) 2147-7565 @(21) 97360-8293

Pagamento na Hora (em espécie) Av. Nossa Senhora de Copacabana, 259 loia A - Copacabana / RJ. (21) 96743-8937 | (21) 99903-8281 | (21) 2541-8548 - www.elvsioigsri.com.br @@

@(21) 97411-2790

Arte de rua para encantar a garotada

O programa 'Cultura com as crianças', promovido pela Secretaria municipal de Cultura, leva espetáculos gratuitos, ao ar livre, para a Tijuca e o Méier

REGIANE IESUS regian e lesus@oglobo.com.br

magia está no ar. Mais A precisamente ao ar livre. E o melhor: sem cobrança de ingresso. Nessa viagem em que os pequenos estão convidados a conhecer um planeta chamado arte, a diversão é garantida. Os jardins do Centro da Música Carioca Artur da Távola (Rua Conde de Bonfim, 824, Tijuca), o Teatro de Guignol Tijuca (Praca Xavier de Brito) e o Teatro de Guignol Méier (Praca Jardim do Méier) "Cultura com as crianças", da Secretaria municipal de Cultura, que reúne atracões teatrais e musicais gratuitas a céu aberto.

A preservação da natureza e a ancestralidade africana são alguns dos temas dos espetáculos que acontecem neste mês em que os pequenos se despedem das férias e iniciarão um novo ano letivo

Hoje, às 10h, no Teatro de Guignol Tijuca, Juliana Correia promove uma sessão de contação de histórias batizada de "Mais uns contos". A apresentação é composta por duas narrativas com temática africana. É uma alegria voltar a

trabalhar no modo presen-

cial, em espaços públicos revitalizados, numa programação toda direcionada ao público infantil e

com entrada franca. A arte cura - afirma a contadora de histórias e escritora, que também estará dia 20, às 16h, nos jardins do Centro da Música Carioca Artur da Távola.

Amanhã, às 16h, tambem no gramado cultural tijucano, e, no próximo dia 20, às 10h, no Teatro Guignol Méier, o ator Guga Morales Showman apresenta o espetáculo "Homem Foca". Em cena, são palcos do programa o artista que dá vida ao personagem-título une dramaturgia, canções e números circenses.

-Este espetáculo mistura teatro de rua, malabarismo, equilibrismo, improvisação e interação com a garotada. O "Homem Foca" foi sendo criado por mim ao longo das viagens que fiz por 15 países, como Suíça, Tailândia, Turquia, México e Porto Rico. Após quase dois anos sem poder trabalhar, estou muito feliz em reencontrar o público infantil que eu tanto amo. O mundo necessita de arte — lembra Morales

A cultura é fundamental, inclusive, para combater o preconceito. O espetáculo "Ossain e o axé da folha - da natureza. Ocasal de ato-

Kekere infâncias' ioga luz sobre a vida do orixá Ossain para combater a intolerância religiosa. O ator Anderson Barreto entra em cena, ao lado do músico Raphael Pippa, em dose tripla para contar esta história. Amanhã, às 10h, estará no Jardim do Méier: dia 13, às 16h, nos jardins do Centro da Música Carioca Artur da Távola, e. dia 19, às 10h. na Praca Xavier de Brito.

-Ossain é o orixá da flora das ervas medicinais e das ervas rituais. Os orixás são a própria natureza, o que me permite abordar no espetáculo também a importância de se preservar o meio ambiente. A peca mostra Ossain crianca. vivendo na mata, subindo em árvores, brincando como qualquer menino. Esta foi a forma que encontrei para aproximar este orixá do público infantil e combater a intolerância religiosa - observa Barreto

centro da ação no próximo dia 12, às 10h, no Teatro de Guignol Tijuca, É na Praca dos Cavalinhos (Xavier de Brito) que o espetáculo "Floresta encantada - Arte andarilha" faz um grito de alerta contra o descaso em relação à preservação







Contação de histórias, Juliana Correia eva ao palco temas africanos



Orixá. Saga de Ossain é instrumento de combate à intolerância religiosa



res e contadores de histórias Iu Ladeira e Millor usa bonecos, músicas, adivinhações e outras brinçadeiras para pedir que a fauna e a flora sejam respeitadas como merecem.

- "Floresta encantada" aborda a relação humana com as riquezas da floresta. Em cena, a gente se transforma em animais e convida o público para fazero mesmo. Ou seja, para brincar de virar bichinhos. Contamos histórias e cantamos músicas compostas pelo Millor, além de canções que fazem parte do cancioneiro popular. O nosso espetáculo estimula a leitura, a imaginação e a interação, tanto das crianças quanto dos adultos. Estávamos com saudade desse olho no olho com o público, dessa afetividade que é indispensavel para a nossa existência -assinala lu.

Secretário municipal de Cultural, Marcus Faustini destaca a importância do programa "Cultura com as crianças", um circuito de atividades infantis idealizado para entreter a garotada carioca durante todo o ano.

-Neste verão, estamos dedicados a pensar possibilidades para os pequenos na cidade. O "Cultura com as crianças" é para as famílias se sentirem seguras. A ideia é levar à garotada atividades culturais a céu aberto que respeitem todas as medidas sanitárias. como distanciamento social, uso de máscara e também de álcool. Mas o projeto não será só no verão. Ao longo de 2022, teremos 288 apresentações em vários bairros. Úma cidade boa é uma cidade que pensa em suas crianças -defende Faustini.

O GLOBO EXTRA

2575-7000

3297-8777

GUIA DE SERVIÇOS

Tiiuca + Norte

TELEFONES ÚTEIS Estadual Getúlio Vargas APARELHOS AUDITIVOS 09 E 10 2299-8236 Biblioteca Popular Hospital 2577-1413 Geral de Bonsucesso ARTES E ANTIGUIDADES 11 E 12 3977-9500 Hospital CONSERTO DE ELETROS 15 Pedro Hernesto 2587-6100 Biblioteca Popular CONSTRUÇÃO E REFORMA Hospital 2204-0752 Salgado Filho 2204-9999 DECORAÇÃO E ARQUITETURA 12 A 14 08002821195 Light 08000210196 DENTISTAS Parques e Jardins 1746 2323-3504 MEDICINA E SAÚDE 10 E 11 Policia Militar 190 **MUDANÇAS E TRANSPORTE** Rodoviária Federal 2471-6111 VIDRACARIAS E ESOUADRIAS 14

COMPRO ANTIGUIDADES

Pratarias, Quadros, Porcelanas, Santos, Marfins, Móveis, Tapetes Persas, Esculturas de Bronze e Mármore, Peças de Metais, Brinquedos Antigos, Moedas Antigas, Fotos do Rio Antigo, Bijouterias Antigas e Joias etc. ATENDEMOS TAMBÉM NA REGIÃO SERRANA



TELS.: 2530-4979 / 3546-5279 / © 99930-4265

artepalmeiras@gmail.com | Rua das Palmeiras, 10 / 101 - Botafogo

APARELHOS AUDITIVOS



(((Centro Auditivo Tijuca

20 anos no mercado para melhor atendê-lo

Nós Temos a Solução! **Aparelhos Auditivos Digitais**

- Aparelhos multimarcas: Oticon, Argosy, Interton, Starkey...
- · Novos aparelhos recarregáveis bateria de lítico
- · Menor aparelho auditivo do mercado
- · Aparelhos com aplicativos no celular
- . Conectividade com TV e telefone (informe-se)
- · Protetor para natação
- · Adaptação de aparelhos digitais
- · Aparelhos auditivos com seguro, com sistema CROSS
- PROMOÇÃO DE PILHAS COM MENOR PRECO CONSERTO DE TODAS AS MARCAS DE APARELHO
- · PAGAMENTO FACILITADO / PARCELAMENTO DE 10 A 60X

ATENDIMENTO DOMICILIAR ATENDEMOS: TIJUCA/FREGUESIA E BARRA DELIVERY: pilhas e conserto

Horário de atendimento: Das 10h às 17h

R. Padre Elias Gorayeb, 21/SI.303 - 2268-8641 / 3594-9842 / 99802-0496 98986-0705 🕓

















bem Qaqui

Tel.: 2534-4310

O melhor aparelho auditivo em qualidade sonora chegou!



 NOVOS APARELHOS RECARREGÁVEIS RATERIA DE LÍTIO

CONSERTO DE QUALQUER MARCA

• EXCELÊNCIA EM ADAPTAÇÃO

DAS PRÓTESES AJUSTES COM FONOAUDIÓLOGA

www.somvital.com.br

2285-4234 3826-6589

98153-4149

Rua Dois de Dezembro, 78/711 Lgo. do Machado

APARELHOS AUDITIVOS

Sonoris aparelhos auditivos

Distribuidor Oficial Phonak (TIJUCA)



modelos recarregáveis e de pilha

CENTRO

3181-8203

97012-7380

Av. Rio Branco,

120 - Sala 1005

conexão direta TV e celular acesso remoto APP



TIJUCA

3549-4646

99628-0317

Rua General Roca

778 - sala 801

- GARANTIA CONTRA PERDA E ROUBO*
- ACOMPANHAMENTO FONDAUDIOLÓGICO
- PILHAS, ACESSÓRIOS, MOLDES E PROTETORES
- CONSERTOS DE VÁRIAS MARCAS

Nova loja

em Copacabana. Barata Ribeiro, 692 - Li D Copacabana.

www.sonorisaparelhosauditivos.com.br

COPACABANA 2235-7185 97026-9897

IPANEMA 3502-6765 98103-9886

NITEROL 3628-5397 98121-5989 CAMPOS

99808-8313

PARCELAMENTO

ATÉ 60 MESES

PELO CRÉDITO DE

ACESSIBILIDADI

DO BANCO DI

MEDICINA E SAÚDE

Centro Geriátrico Fernandes e Lopes

Moradia e hospedagem com atendimento de excelência para terceira idade.

 Confortáveis acomodações com ar-condicionado e TV. Assistência médica, serviço de enfermagem e de cuidados 24 horas. Oferecemos uma equipe de multiprofissionais voltada para o

bem-estar físico e social do idoso · Seguimos todos os protocolos de segurança para Covid-19.

AGENDE SUA VISITA PARA NOS CONHECER COMPROMISSO E AMOR AO SEU IDOSO (21) 98181-3190

www.centrogeriatricofel.com.br

(21) 2419-0211 - Cel.: (21) 99988-1132 contato@centrogeriatrico.com.bi









Tel: 2534-4310



Tudo o que você precisa



Tel.: 2534-4310



Aqui o amor continua...

A Terceira Idade Exige Mais do que Atenção e Carinho

Quando chegamos a uma idade avançada, precisamos de cuidados especiais, da mesma forma que precisávamos de carinho e atencão

TEMOS PACOTE PARA FERIADOS E SISTEMA DAY CARE

especiais quando éramos pequenos e indefesos.

Suites c/ Varanda • Enfermagem 24 horas • Capela • Assistência Médica • Jardim • Sala de Leitura • Fisioterapia • Nutrição • T. Ocupacional Responsável Técnico: Dr. André Santos Felix

CRM 52.62993-6 / CRM Juridico: 52106785-0

Hospedagem para 3ª idade

Rua Samuel das Neves, 400 - Jacarepaguá - Tels.: 3392-8292 / 2424-7843
Visite nosso site: www.casaderepousosaojudastadeu.com.br



DENTISTAS

Dra. Sofia Cristina M. Teixeira

Especialista em: **Clínica Geral** Ortodontia e odontopediatria • restaurações estéticas

Consulta c/ hora marcada

R. SILVA PINTO, 49 SBLJ, 214 - V. ISABEI

R. SILVA PINTO, 49 SBLJ. 214 - V. IS 2576-4224 / 99978-7937

MUDANCAS E TRANSPORTE



24h
20 anos de experiência
Parcelamos em até



Tels: 3065-0770 / 99748-8297 /

◆97469-6948

DESMONTAMOS MONTAMOS

ARTES E ANTIGUIDADES

COMPRO ANTIGUIDADES

- Pratarias Quadros nacionais e estrangeiros
- Esculturas de mármore e bronze Porcelanas Marfins
- Cristais Galle Dao.Nancy
- Santos Bonecas de porcelana Móveis antigos
- RELÓGIO DE PULSO DE BOLSO ANTIGO
- BIJUTERIAS ANTIGAS

Atendemos Petrópolis, Teresópolis, Itaipava, Friburgo e todo Grande Rio

de tradição

Pago na hora em dinheiro. Não venda sem nos consultar. Cubro oferta da concorrência. Por favor, ligue e marque sua visita!

Rua Siqueira Campos, 143 – Loja: 111 - Térreo - Copacabana Tels.: 2236-4770 / 2548-9683 / ® 99913-5443

Atendemos aos Sábados, Domingos e Feriados

COMPRO ANTIGUIDADES

- Pratarias Quadros nacionais e estrangeiros
- Esculturas de mármore e bronze Porcelanas Marfins Cristais
- Galle Dao Nancy Santos Bonecas de porcelana Móveis antigos
- . Moedas antigas . Tapetes Persas
- BELÓGIO DE PULSO DE BOLSO ANTIGO DE BUJUTERIAS ANTIGAS



Atendemos Petrópolis, Teresópolis, Itaipava, Friburgo e todo o Grande Rio

Pago na hora em dinheiro. Não venda sem nos consultar. Cubro oferta da concorrência. Por favor, lique e marque sua visita!

Atendemos aos Sábados. Domingos e Feriados



Carolina Inias

MOEDAS EM GERAL - ANTIGUIDADES - OUADROS ESCULTURAS - OBRAS DE ARTE - PRATARIAS (VENDA, CONSERTO, FABRICAÇÃO DE IOIAS EM GERAL)

> ESCOLHA SEMPRE UMA EMPRESA SEGURA COM CREDIBILIDADE HÁ 33 ANOS NO MERCADO

* NÃO VENDA ANTES DE NOS CONSULTAR * CUBRO OFERTA | * PAGO NA HORA EM DINHEIRO * ATENDEMOS EM DOMICÍLIO

Rua Figueiredo Magalhães, 598 / 1º piso - Loja 92 www.carolinajojas.com.br

2235.8289 / 97940.2930 / 98059.7801

DECORAÇÃO E AROUITETURA













bem Qaqui





FACIONAMENTO NO LOCAL (EM FRENTE AO HOSPITAL PEDRO ERNESTO)

DECORAÇÃO E AROUITETURA



Toldos PAI ÁCIO DAS LONAS Casa fundada

em 1942 R. do Catete, 36 - @ 2558-3738 / 2265-9495



bairros da Grande Tijuca.

VIDRACARIAS E ESOUADRIA



· Box · Vidros · Espelhos · Molduras · Tampo para Mesa · Manutenção em Box e Portaria

Promoção de Box www.vidropaz.com.br

Pagamento Facilitado

EVOLUTION

www.palaciodaslonas.com.br

PERSIANAS E REDE DE PROTEÇÃO

Tela mosquiteiro Orcamento grátis . Cobrimos qualquer oferta DESCONTO DE ATÉ 20% Aceitames cartão de

2241-3214 | 98642-4702 C

ATELIÈ DE CORTINAS & PERSIANAS

SUPER PROMOÇÃO DE QUEIMA DE ESTOQUE PAGAMENTO ATÉ 5X S/ JUROS - COBRIMOS OUTROS ORÇAMENTOS

- Cortinas Rolux Romana a partir R\$ 148,88m³
- Persiana Vertical todas a partir R\$ 88,88m²
- ✓ Cortinas de Tecidos sob medida Fabricação Próp
- CORTINAS WAVE / ARGOLA / ILHÓS SUPER PROMOCÃO
- PANEL EUROPA / JAPONESA: ROLÔ E FRANZIDA ■ PERSIANA HORIZONTAL MADE RA / ALUMÍNIO/ PVC
- LAVAMOS E REFORMAMOS CORTINAS/PERSIANAS

AUTOMAÇÃO DE CORTINAS E PERSISNAS

2281-8369 / 3178-1717 / 99927-2061

2 M.M. ESTOFADOS E DECORAÇÕES

Reforma de Sotá, Restauração, Especialização em Molas, Fabricação, Modificação sob medida, Capas, Cortinas

Colchões, Persianas e Papel de Parede (venda e colocação) Parcelamos em todos os cartões de crédito

ou no cheque. Levamos a máquina até você. experiência Orçamento Grátis

@2mmdecoracao.com.br ★contato@2mmdecoracoes.com.br ■ 2mm decorac

els.: 99851-3596 • 2273-6834 • 2273-3434 3-0435 • 2273-0741 • cel. 99851-3599













VIDRACARIAS E ESCUADRIA

Fulgorauto

Esquadrias de Alumínio e Ferro



· Fechamento de área

Tels.: (S) 2208-0797 / 2288-1445 / 2135-1480

- · Janela de vidro duplo
- Basculante • Portas
- · Janelas
- · Box etc



2268-5084 / 2572-7325 97526-0131

CONSTRUÇÃO E REFORMA

MAESTRO DOS REPAROS BOMBEIRO HIDRÁULICO e GASISTA

· Conserto de Válvulas e

- Caixas de Descarga · Aquecedores
- · Fogões
- · Torneiras
- · Registros Misturadores
 - Conserto sem quebrar a parede. Todas as marcas, mesmo fora de linha! · Descargas
 - · Desentupimentos de Ralos,

Pias. Tubulações de Água etc.

Aceitamos todos os Cartões 2004 FACILITAMOS PAGAMENTO http://www.facebook.com/MAESTROdosREPAROS/

Primor, Docol, Montana, Ideal Standard e outras Conversão de Gás de Botijão para Gás Natural GLP/GN

Hidra, Deca, Fabrimar, Orientes.

© 4104-9783 / 98615-3815 / 096669-3556

Tel - 2534-4310



Geladeira - Freezer Mág, de Lavar Roupas - Aquecedores Ar-Condicionado - Adega - Micro-Ondas Fogão - Lava-Loucas - Secadoras Fletricista - Bombeiro Hidráulico







3x S/Juros nos Cartões









Lavagem Semi a Seco e Impermeabilização no Local com Segurança e sem Sujeira

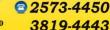
Estofados Colchões





Carpetes

Cadeiras



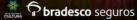
* Limpeza e Hidratação em Estofados de Couro * Profissional Especializado e Uniformizado

99649-6293

* Produtos e Equipamentos Específicos



(AD))) SESSÕES COM ACESSIBILIDADE LIBRAS E AUDIODESCRIÇÃO 05/02 ÀS 16H E 20H30 - 17 E 18/02 ÀS 20H















NOVO RENAULT KWID 2023

Mudança no visual e maior economia



Renault Kwid está de cara nova

Mais econômico, hatch passa a ser equipado com sistema Start-Stop e assistente de partida em rampa

Marcelo Monegato

ara continuar vivo (e competitivo), o Kwid atualizou o design, incorporou novos equipamentos, promoveu mudancas pontuais no motor 1.0 de três cilindros e ajustou a oferta de versões e precos (claro).

A Renault deixa de oferelegadas são de série. E opciocer a antiga opção de entrada Life (que custava R\$ 48.790). nais para a Intense Desta maneira, o Kwid 2023 terá somente três versões: Zen, Intense e Outsider.

Uma das principais novidades é o design. A dianteira agora traz DRL em LED para todas as versões e faróis de

dupla parábola em uma posicão inferior. Para-choque e grade foram redesenhados. A traseira tem lanternas com novo grafismo (assinatura em LED), e o para-choque também é novo. Câmera de ré é item de série a partir da Intense. Na versão Outsider. as rodas de liga leve de 14 no-

Por dentro, o painel de instrumentos é novo. Não tem ponteiros, e a iluminação é em LED. O velocímetro é digital. Já a central multimídia Media Evolution cresceu. A tela tem agora 8" - antes era



de 7" - e está disponível a partir da versão Intense.

Entre-os novos equipamentos, destaque para o sistema Start-Stop, assistente de partida em rampa, monitoramento da pressão dos pneus e controle de estabilidade. Todos estão no Kwid desde a opcão Zen. Os quatro airbags de série, um diferencial do modelo desde seu lancamento, também continu-

am sendo oferecidos O motor é o 1.0 SCe de três cilindros, aspirado e flex. Agora sem tanquinho de combustível para partidas a frio e nova central eletrônica. ele gera quando abastecido com etanol, 71cv de potência

e 10kgfm de torque. O câm-

bio é o mesmo manual de cin-

Em termos de consumo, a Renault revela uma melhoria. Na cidade, os números saltaram de 10.3 km/l para 10,8 km/l, com etanol, e 14,7 km/lpara 15.3 km/l. com gasolina. Grande parte dessa melhoria está relacionada ao

Start-Stop. 1

BMW iX tem grade que se autoconserta

Novo SUV da marca alemã pode reparar pequenos danos na grade frontal sem a necessidade de passar na oficina

uem gosta de pegar a estrada precisa lidar com pequenas as que surgem no carro ao longo do trajeto. A dianteira é a parte mais afetada pelas pedrinhas do asfalto. principalmente a grade frontal e capô. Alguns chegam a colocar autoadesivos para mitigar os danos, mas a BMW decidiu ir além com o iX, um carro que literalmente se conserta sozinho.

O SUV entrou em pré-venda no Brasil a partir de RS 654.950, esgotando todas as 30 unidades do primeiro lote. Para reservar o BMW iX, os proprietários precisaram desembolsar R\$ 50 mil

A grade frontal do iX tem uma série de funções. Para comecar, atrás dela estão escondidos sensores, radares e outros componentes ligados à condução semiautônoma. Por cima disso tudo, há uma camada de poliuretano, um



componente químico usado em plásticos, selantes e vedacões. Esse é o principal responsável pela reparação quase instantânea da grade do BMW iX.

Se uma pedrinha acertar a grade frontal na estrada, pode tirar uma pequena parte do poliuretano que reveste a estrutura. No entanto, como o material é extremamente em 4.6s. z

maleável e tem certa viscosidade, a tendência é que ele se ajuste ao formato original. arrumando a parte onde a pedrinha bateu.

O BMW iX leva em torno de um dia para retomar a forma original de sua grade. Mas, se o proprietário estiver impaciente, node usar um secador de cabelo sobre a superfície para acelerar a

A versão xDrive40i é equipada com dois motores elétricos e entrega 326cv de potência e 64,2kgfm de torque. A autonomia declarada pela fabricante é de 476 km. Já a versão de topo xDrive50i tem dois motores, capazes de desenvolver 523cv e 78kgfm. o suficiente para o SUV acelerar de 0 a 100km/h



APONTE A CAMERA
DO SEU CELULAR E
CONFIRA NOSSAS
OFERTAS





AZZURRAFIAT.COM.BR



Botafogo R. General Polidoro, 81

21 3959-4772

Ilha

21 3959-2248

Penha

21 3959-4774

FIAT

04 EXTRA

Continental

Classificados

Parcele suas compras!

NA TROCA DOS

PNEUS

*SERVIÇOS *GANHE UN

DE 400 REAIS

"PROMOÇÃO CAMAROTE DA CONTIL VÁLIDA DADA COMPRA DE ON PRISE GONTRIENTAL INHA PREHIM A PARTIR DO ARO IS 4 SERVICOS DE MONTAGEM "*ALINHAMENTO "* BALANCAMENTO COM PREUS A BASE DE TROCA "NA COMPRA ACIMA DE OPPENSIONA CONTRIENTAL LINHA PREMIUM DURANTE O MÉS DE EVENERIOR DE MARCO, MOCÉ CONCORRE A O1 MOTO PCE DIZ 200 00 DA MARCO, MOCÉ CONCORRE A O1 MOTO PCE DIZ 200 00 DA

© 21 2765-6700

AV. NILO PECANHA, 1249 RUA OTÁVIO TARQUINO, 1248

FINANCEIRA LOSANGO), FINANCIAMENTO EM DÉBITO APENAS PARA



Heads

on a Main Cardon Andronolius de Andros

on a Main Cardon Andronolius de Andros

of Soc 85 às 16 300 ; Sale 85 as 16x.

10.14 a Spir

on Andros

on

® Ø Ø Ø ⊜ SGA NOSSAS REDES SOCIAIS

SEG A SEX - 8H ÀS 18:30H

"OFERTA VÁLIDA ATÉ O TÉRMINO DO ESTOQUE OU ATÉ O PRÓXIMO ANÚNCIO, RESERVAMOS O DIREITO DE CORRIGIR POSSÍVEIS ERROS DE DIGITAÇÃO NOS AS OFERTAS ANUNCIADAS SÃO PARA COLOCAÇÃO NA LOJA MONTAGEM DE PIREU A PARTIR DE RISIOO. CONSULTE-NOS: PONTOS DE VENDAS AS COM TABELA DE PRECOS NO INTÉRIOR DA LOJA - PARCELAMENTO EM ATÉ 24X SOMENTE COM JUROS LUBITA ANÁLUSE DE CREDITO PELA

AGEM ILUSTRATIVA

Sabado 05,022022



SAI DESSE SITE QUE NÃO TE PERTENCE.

Oferta velha não resolve nada.

Imóveis, veículos, empregos e muito mais no Classificados do Rio. Só ofertas atuais com fotos e navegação inteligente.

lcesse nosso Grupo













SAI DESSE SITE QUE NÃO TE PERTENCE.

Oferta velha não resolve nada.

Imóveis, veículos, empregos e muito mais no Classificados do Rio. Só ofertas atuais com fotos e navegação inteligente.

cesse nosso Grupo





Anuncie agora via
WhatsApp ou Telegram
21 **2534-4333**









CARRO NALOIA PRONTA



DOS COMPACTOS ENTREGA

ACEITAMOS SEU FGTS NA COMPRA DE SEU **RENAULT OKM**

E FAÇA SEU TEST-DRIVE

APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR E CONFIRA NOSSAS DEMAIS OFERTAS



AZZURRA





Renault **KWID** 21/22

Versões a partir de

RS 56.990

SUPER

SANDERO CONDIÇÃO

PRONTA

ENTREG



LOGAN KIT GNV MANTENDO



♥ BARRA Av. Ayrton Senna, 3.243 (21) 3959-5274

Q CAXIAS Rod. Washington Luiz, 1.001 (21) 3959-5321

9 ILHA Estr. do Galeão, 1.108 (21) 3959-5327

♥ ITAGUAÍ Rod. Rio-Santos, KM 10 (21) 3959-5318

BELA CASA





UM DESFILE DE **PRECOS BAIXOS**





VEJA MAIS OFERTAS NAS PÁGINAS 3, 4, 6 E 7 DESTE CADERNO. 2) BELA CASA

Julio Cesar I yra

 Com tarifas de energia cada vez mais caras, a população precisou procurar meios de driblar os altos precos sem perder o estilo e o bom gosto. Uma das principais alternativas é o uso do LED, tipo de material que, além de não esquentar e ter capacidade de iluminação mais potente, pode chegar a até 32% de reducão do custo da fatura de energia, de acordo com a fa-

Segundo a arquiteta Monike Lafuente, do Studio Tangram, o custo da inserção do material pode variar, a depender do projeto e da especificação das luminárias.

bricante Varixx

- No mercado encontramos luminárias de R\$ 10 a R\$ 500. Por isso, dependerá do padrão da qualidade que a pessoa escolher. Em média, as luminárias técnicas representam de 5% a 10% do orcamento total da obra. As arandelas. luminárias de piso e de mesa também podem ter um valor variado, custando até o mesmo valor das luminárias técnicas - explica a arquiteta.

Para saber como usar o LED, basta entender que não há limites para a criatividade. Seu uso é muito livre. Uma das possibilidades apontadas pela arquiteta Marina Carvalho é a aplicação das faixas de LED - muito utilizadas na marcenaria --, que trazem sofisticação aos ambientes.

 Na sala de estar, pode mos colocar os LED's em racks e painéis de TV, por exemplo Contudo, há de se avaliar a potência ideal da fita, uma vez que luzes de forte intensidade atrapalham para assistir TV - orienta a profissional

Para Claudia Yamada, a grande pegada é encontrar uma maneira aconchegante de utilizar o LED, sem que fique tão explícita a fonte da iluminação.

- Usar muito perfil de LED com fita ou módulo de LED. que fique embutido na sanca no cortineiro, na marcenaria e que dá uma luz muito mais aconchegante e difusa, além da iluminação geral do ambiente, deixando de lado os focos de luz marcados.

CUSTO MAIS BAIXO E MUITA ELEGÂNCIA

Alternativa para quem quer fugir dos altos precos de energia, a utilização de LED combina economia e beleza na decoração de casas e escritórios





é a aplicação das faixas de I FD ou embutir a lâmpada na marcenaria ou em painéis



Cuidados que precisam ser tomados

De acordo com a arquiteta Marina Carvalho, um dos principais cuidados quando se fala em LED é a escolha do reator, essencial para o seu funcionamento

- Tudo dependerá da metragem da fita ou do comprimento do móvel onde será instalado, haja vista quanto maior a extensão linear, maior o reator - explica.

colher bem o fornecedor e a qualidade da luminária também é um fator importante para quem quer usar o LED. - Uma luminária muito

barata vai ter uma qualidade compativel com o valor. Então é necessário entender exemplo. que você está comprando produtos diferentes e de durabilidade diferente, de in-

rentes que não darão os mesmos resultados para o ambiente - diz a profissional.

Um cuidado essencial que noucas pessoas tomam é conhecer a maneira correta de aplicar as fitas de LED, por

- As pessoas compram a fita mais barata possível, não se preocupam com a potência

Para Monike Lafuente, es- tensidade e potências dife- dela e colam a fita na marcenaria ou na sanca, e a fita fica fraca. com vida útil muito curta. Quando a fita é ligada, ela esquenta e comeca a cair. É importante que junto com ela seiam instalados o perfil metálico, que ajuda a dissipar calor, aiuda na fixação dessa fita no

móvel, e de um difusor, que

deixa a luz mais macia, sem

ser marcada. x





PARQUE LISBOA Móveis e Decorações Ltda MÓVEIS COM PRECO E QUALIDADE



F MONTAGEM GRATIS! PARA ATÉ 10KM DE DISTÂNCIA DA LOJA.





Av. 28 de Setembro, 307/A 2 5 7 6 - 3 0 4 1



Rua Haddock Lobo, 11

2520-0053



· Atendimento ao loiista

Barata Ribeiro, 194 - Lj I 2 5 4 2 - 2 6 9 8



10X DERS 69,00

• 1	e-mail:parquelisboamoveis@hotma	iil.co
Tijuca	Estácio	
ua Conde de Bonfim, 469 3 1 7 3 - 4 7 1 1	Rua Haddock Lobo, 53 - Ljs A/B 2 2 7 3 - 4 0 9 6	٠,
	2293-0539 2504-4153	
Vila leabol	Ectácio	

Copacabana a Estácio de Sá, 127 Rua Barata Ribeiro, 646 2029-3676 2235-6141 a Estácio de Sá. 125 2273-8993

> Copacabana Rua Barata Ribeiro, 334 2548-4053

10 X DE RS VENHA NOS VISITAR LOJA DE MÓVEIS PLANEJADO: Rudnick

Rua Barata Ribeiro, 194 Li C 2234-2092

Centro Rua Buenos Aires, 100 ΝΟΥΔ Ι Ω.ΙΔ

97638-9782



PREÇOS BAIXOS





















NTRIUNFO



biancogres





























Massa Acrilica





























Cadastre-se em nosso programa e aproveite ofertas exclusivas!





Aponte a câmera e garanta ofertas exclusivas.





Hydra 8 49 90 cade Ducha Gorducha Branca 127V



Ducha Far Branco 4T c/ , 64,99 Cano 127V/220V 5400W/6800W



,99,⁹⁹



Ducha Advanced "169.90 Eletrônico 127V 5500W



Chuveiro 1990 Acqua Plus 10X R\$69,99



239 90





5400W/6800W

ESTEVES































Ventilador de Teto

New Cristal Light 3P Branco 127V













08 | EXTRA BELA CASA | Classificados





UNO DE ESCOTO AMANCO VARA COM EM SUNIO R\$ 59,90

CTO AMMACO WAS COM SHI ISMM R\$ 269,90



O LINEAR CREUM MANNO TO CH. P.S. 95.90



COLUNA DE AÇO 7X20 - 5/16 - 6M

DINHERO RS 99.90

ou 12x RS 9,99





Sibado 05.022022

EVEREIRO A PROMOÇÃO É DE ATACADO NO VAREJO

RUPO TMC É O MENOR PREÇO OU COBRIMOS A OFERTA





















































o no Telegram CHURRASQUEIRAS Pré-Moldadas

RS**639.**90'



Conjunto Vila Rica 1 mesa (0,87 x 2,00) RS 1.559.90*



Premier x Ottoss = 1m² x 17 telhas = 1m² Externa Rs 59, 90° Externa Rs 59, 90° Rod. Presidente Dutra, 4.329° Parque José Bonitácio - São João Mentil/RJ (sentido Rio, oucho e vidudo de Vitar dos Taleia)

4132-3228 @97672-9375

FECHADURAS

Interna BS49 90

LAMBRI DE ANGELIM RS 119,00



Rua Catão, 458
Pavuna (Rua de acesso
a Linha Vermelha)
2407-8344 ©96436-3681

Segunda a sexta, de 8:30h às 17:30h Sábados, de 8:30h às 13h vendas@madeshow.com.br www.madeshow.com.br

Acesse Waze ou Google Maps e procure por "Madeshow Pavuna" ou "Madeshow Jardim José Bonifácio".

12 EXTRA BELA CASA Classificados



R\$73,08

AS MELHORES MARCAS PELOS MENORES PREÇOS!

R\$88,56

Tradição de **60 anos**SEM EM TODOS OS
JUROS CARTÓES DE CRÉDITO



R\$67,9

Sábado 05.02.2022 EXTRA BELA CASA 13

Temos tudo em material de construção e acabamento, por um preço que vai surpreender você, CONFIRA!



Vários modelos de Canjiquinha COCHAFORTE































VENHA CONHECER NOSSA LINHA DE GABINETES



Est. dos Bandeirantes, 384 - Taquara - Jacarepaguá Telefax.: 2445-0209 • 3342-2215 • 2427-3201

97035-2721 / 96406-8260 / 95901-7889 / 97035-2736 / 98335-0491

comercial@acasadoconstrutor.com.br · www.acasadoconstrutor.com.br

CANCEL POP SOLLA HILLIAM ! MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO LTD.

Tradição de 60 anos

Temos tudo em material de construção e acabamento, por um preço que vai surpreender você, CONFIRA!

AS MELHORES **MARCAS**

PELOS MENORES PREÇOS!





VENHA



































































Est. dos Bandeirantes, 384 - Taquara - Jacarepaguá Telefax:: 2445-0209 • 3342-2215 • 2427-3201

97035-2721 / 96406-8260 / 95901-7889 / 97035-2736 / 98335-0491 comercial@acasadoconstrutor.com.br · www.acasadoconstrutor.com.br



SAI DESSE SITE QUE NÃO TE PERTENCE.



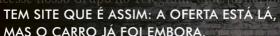


Anuncie agora via
WhatsApp ou Telegram
21 2534-4333





Orcamentos (21)96907-4594 Contato@armmix.com.b



Oferta velha não resolve nada. Imóveis, veículos, empregos e muito mais no Classificados do Rio. Só ofertas atuais com fotos e navegação inteligente





Anuncie agora via WhatsApp ou Telegram













ACIMA DE 10 UNIDADES





LAMPADA LED BULBO 9W BRANCA 10 UNIDADES RS **58.90**



ROCHAFORTE



ROCHAFORTE



GRUPO TINC - PEDRA DE GIAL

Nu Hurge's Garda, 25 - Bracks 22 2300-1743 / 22 99873-4100

GRUPO TRIC - CABO FRIO Averado Assiguiro Noquesis, 76 - São Cristivão 22 2645-5801 / 22 99875-8097 / 22 98873-8098

CHUPOTHIC - SÃO PEDRO DA ALD

DE ATACADO RS 25.90

OS PRODUTOS ANUNCIADOS NESTE JORNAL, JÁ ESTÃO COM DESCONTO PARA PAGAMENTO EM



GRUPOTHY - FAICEO - REALPHOY GMDPO 1995, - PALLAID - REALENGO Rui Marajogipi, OL - Bater 21 97869-8672 / 21 98696-0526 / 21 2406-7487

GRUPO TRIC - FORTE DE INHAÚMA - RHIAÚ 21 97000-0064 / 21 2004-0062 GRUPO TINC - ELETRO ASSIS - E.HA DO-G

Arrest Formand, 1771 - Total 21 3676-0008 / 21 2407-6754 / 21 99058-0048

GRUPO TINC - POSSEFERRO - NOVA KGUAÇU ar/mg/schools, 100 - Police 1 98384-0030/21 3103-4004/21 3163-1403 GRUPO TINC - GEADELAR - ROCHA MIRANDA Educate do Sapa, 946 - Espis A/S 21 98/532-1467 / 21 3350-3673 / 21 3010-3419

GRUPO TRIC - LOUZADÃO - DUQUE DE CAXIAS Nerski:/healante:Servedy Quadro 22 (ctr. 1) 11 96429 7496 / 21 3246 4216 / 21 3134 9746 CRUPO TRIC - VIA TRO CONSTRUZINOW - MARI Sonto Ribeiro Charter, SSS - Limba Arramile

POTMC - JMS PRAIA - MARICA this Quadro 05 Lette 23 - Exp. 27 - Earn MAD / 29 2646-1207

MOÇÃO RS 24.90.

GRUPO TWC - OUROMS - JACASEPAGLIÁ Extrade de Jacompoqué, 6205 - Ani 21 97982-4407 / 21 3447 1452

2003-0 1995, 202 - Exdex 1 3367-8462 / 21 96743-4739 TBLEVENGAS 1 96537-9735 / 21 99736-4323 / 21 97186-0 RUPO TMC - ROSHELAR - REALENGO OTMC - BOSHELA Governo, 1007 8-4790/21 3339-4633

SRLIPO TIMO - ANGRA DOS REIS

MITTER THE 22 3427-7552 / 22 98673-4322 GRUPO TRIC - MISTER CREA - TRÊS RICS TELEVENDAS: 24 2205-3131 Whatsapp: 24 98835-9656 GRUPOTMC - NOVA IGUA LOJA NOV Whatsapp: 21 98662 1929 GRUPO TMC - CASA NOBRE

Cel: (21) 96413-1105 / 21 97994-1421

21 96988-9459 / 96990-9461

🕽 VISA 🧮 🚇 📼 🚳











CELEDOTHY - OLUMB - ENCENHOLDE DE No. Adults Scryamin, 215 21 3197-2054 / 21 2995-9466 / 21 2289-4896 TILEVENEAG 21 99146-2279

Aventis-Coulet-de Mells 14196 - Countre 21 3395-1430/21 3395-0551

TILIVANDAS 21 99955-7530

GRUPO TMC - IMPÉRIO - SANTA CRUS

GRUPO TMC - AP MATERIAL - BELFORD ROK

90AS 21 1000-6282 HATEL